کتاب متافیزیك و چشم سوم

نویسنده : دکتر مطلب برازنده

پیشگفتار

با گذر زمان و گسترش عالم، نیروی ادراک ذهنی انسان‌ها افزایش می‌یابد. از آنجا که در آغاز یک عصر جدید قرار گرفته‌ایم، تصور می‌شود که بسیاری از رازهایی که تاکنون بر انسان‌ها پنهان بوده است، در این زمان بر همگان آشکار خواهد شد. این امر مهم از طریق دستیابی به بُعد چهارم محقق می‌گردد، کسانی که نسبت به بُعد چهارم نابینا باشند، از این مقوله محروم خواهند ماند.

اشراف به ابعاد دیگر جهان هستی از طریق چشم سوم میسر می‌شود. افراد معمولی که فقط از چشم سر برای رؤیت استفاده می‌کنند، نسبت به کسانی که از توانایی‌های چشم سوم بهره می‌گیرند نابینا محسوب می‌گردند. چشم سوم یک در، یک راه و یک روزنه به سوی نور و روشنایی است . بسیاری هستند که می‌خواهند دربارهی چشم سوم بیشتر بدانند. اینان طالبان واقعی دانش حقیقی هستند.

اسامی چشم سوم

چشم سوم با اسامی مختلف خوانده می‌شود. از جمله: چشم دل، چشم درون، چشم دانش، چشم بصیرت، چشم شهود، چشم یگانه، چشم معرفت، چشم معرفت بین، چشم برزخی، چشم عقل، چشم فکر، چشم معنوی، چشم قلب، چشم دریا، چشم سرّ، چشم باطن، چشم باطن بین، چشم خرد، چشم برزخ ملکوتی، چشم بصیرت باطنی، چشم بصیرت مثالی، چشم بصیرت ملکوتی، چشم بصیرت نفس، چشم غیبی ملکوتی، چشم ملکوت، چشم ملکوتی برزخی، دیده‌ی بصیرت، دیده‌ی دل، دیده‌ی دریا، ستاره‌ی شرق، کبوتری از ملکوت،

چاکرای ششم، چاکرای پیشانی، چاکرای گورو، چاکرای آگیا، دروازه‌ی اثیری، مرکز پیشانی،

مرکز ابرو، مرکز فرمان، نقطه سیاه، تیسراتیل، تری کوتی، تری ونی، موکتا تری ونی، جنانترا، شیوانترا، برومادهیا، برامی‌ریها، دودال‌کانوال، نوکتی ساودا، آجنا و. ..

چشم سوم بدان سبب گویند که چشم‌های فیزیکی راست و چپ را اول و دوم در نظر گرفته و دو تا حساب شده‌اند، پس این ساختار، چشم سوم نام گرفته است. در زبان انگلیسی نیز برای آن معادل همین عنوان یعنی **Third Eye** به‌کار می‌رود.

چشم دل، عنوانی است که بیشتر در ادبیات و عرفان به‌کار می‌رود. معادل عربی آن بصرِ» قلب» است که در احادیث و روایات نیز به آن اشاره شده است. نبی گرامی اسلام (ص) می‌فرمایند: «نیست بنده‌ای جز این‌که برای قلبش دو چشم است و آنها دیدنی نیستند و با آنها عالم غیب مشاهده می‌گردد. هر آنگاه خداوند اراده فرمود خیر بنده‌اش را، می‌گشاید چشم دلش را و می‌بیند آنچه غایب است از این چشمان » (عبادت عاشقانه، ص ۷۷)، همچنین حضرت امام سجاد علیه‌السلام می‌فرمایند: «هر کس را دو چشم سرّ و باطن است که با آن غیبها را می‌بیند و چون خداوند به بنده‌ای اراده خیر فرماید، چشم‌های باطن او را می‌گشاید. » (سوخته، ص ۹۲)

آجنا یک کلمه‌ی سانسکریت به معنی فرمان، سرکردگی، سامان، اطاعت کردن، درک کردن و به‌طور کامل فهمیدن است. دروازه‌ی اثیری بدان سبب گفته می‌شود که چشم سوم راه و دروازه‌ی ورود به جهان اثیری ـ بخش دوم جهان هستی ـ می‌باشد.

چاکرا، مراکز ورود و خروج انرژی در هاله‌ی نورانی انسان می‌باشد. چاکراهای اصلی هفت عدد می‌باشند، که با شماره‌های یک تا هفت مشخص می‌شوند. چشم سوم منطبق بر چاکرای اصلی شماره‌ی شش است، بدین جهت به آن چاکرای ششم، چاکرای پیشانی و چاکرای گورو می‌گویند. محل قرار گرفتن این چاکرا در وسط پیشانی است. این چاکرا پل ارتباطی با گورو (استاد درون) می‌باشد.

مکان چشم سوم

چشم سوم ساختاری در کالبد اثیری ما می‌باشد. دانشمندان در حوزه متافیزیک معتقدند که کالبد اثیری یک توده‌ی حاوی حدود $۴ \; ۱۰^{۲۱}$ ذره‌ی اثیر است و دوره‌ی حیات آن به‌طور متوسط حدود $۱۰ \; ۱۰^{۳۲}$ سال است. کالبد اثیری با اسامی دیگری همچون کالبد لطیف، کالبد ظریف، کالبد نورانی، کالبد شفاف، کالبد ستاره‌ای، کالبد اختری، کالبد آسترال، همزاد، پرباسپیریت، روان‌پوش، بدن برزخی و بدن مثالی خوانده می‌شود.

این کالبد در شکل ظاهری بسیار شبیه کالبد فیزیکی است. ولی نسبت به کالبد فیزیکی رقیق‌تر و لطیف‌تر می‌باشد. کالبد اثیری از جنس ماده نیست، بلکه از جنس و ماهیت خاصی به نام «اثیر» یا «اتر» می‌باشد. اثیر در لغت به معنی عالی، برگزیده و مکرم آمده است. در متافیزیک اثیر به معنی ماهیت لطیف و غیر مادی است که بوجود آورنده‌ی کالبد اثیری می‌باشد (گرمی تن را همی خواند اثیر).

ماده دارای سه حالت جامد، مایع و گاز است. در حالت جامد مولکول‌ها به شکل بسیار فشرده و منقبض در کنار هم قرار می‌گیرند. در حالت مایع فشردگی مولکول‌ها کمتر می‌شود و در حالت گاز این فشردگی بسیار کاهش می‌یابد، به‌طوری که گازها در یک فضا پراکنده می‌شوند و تمام آن فضا را در بر می‌گیرند.

به بیان تمثیل می‌توان گفت که اثیر، یک ماهیت فراتر از گاز می‌باشد. به عبارت دیگر اثیر رقیق‌تر و منبسط‌تر از گاز است، به همین دلیل اثیر تمام قسمت‌های جهان اثیری را در بر گرفته است، همان طور که گازها تمام بخش‌های کرهی زمین را دربر گرفته‌اند و در همه جای آن نفوذ کردهاند. کالبد اثیری در حال حاضر با ما و در انطباق با کالبد فیزیکی ما قرار دارد، ولی افراد معمولی آن را احساس نمی‌کنند. کالبد اثیری همان تصویری است که در خواب از خودمان و یا دیگران می‌بینیم.

چشم سوم یک ساختار فیزیکی نیست و نباید در کالبد فیزیکی به دنبال آن باشیم، چرا که در این کالبد چیزی نخواهیم یافت. وقتی کالبد اثیری و کالبد فیزیکی بر هم منطبق می‌شوند، محل قرار گرفتن چشم سوم در کالبد اثیری منطبق بر وسط پیشانی در جسم فیزیکی می‌شود. البته برای رسیدن به محل دقیق چشم سوم باید از وسط پیشانی حدود پنج سانتی‌متر به داخل و عمق پیشانی و به زیر مغز نفوذ کرد. چشم سوم ماورای مکان و زمان در اندیشه است.

پس چشم سوم، ساختاری است که وجود خارجی دارد، داستان و افسانه نیست، اما وجود آن فیزیکی و مادی نمی‌باشد، بلکه متافیزیکی و اثیری است. بعضی افراد به اشتباه فکر می‌کنند فقط چیزهای فیزیکی وجود خارجی دارند.

مر دلم را پنج حس دیگر است / حس دل را هر دو عالم منظر است

تعریف چشم سوم

چشم سوم همان بخش پیشین چاکرای ششم است. چاکراها کانون‌های انرژی در حوزهی انرژی‌های ماورایی انسان (هاله‌ی نورانی انسان) می‌باشند. چاکراها مسؤول تبادل انرژی بین هاله‌ی انسان و هاله‌ی کیهان و همچنین مسؤول متعادل کردن انرژی در سطوح مختلف هاله می‌باشند. هاله‌ی نورانی انسان میدانی از انرژی‌های بسیار لطیف است که دور تا دور بدن را به صورت یک تخم مرغ احاطه کرده است. هاله‌ی نورانی در حالت معمولی احساس و ادراک نمی‌شود ولی به کمک چشم سوم قابل رؤیت است.

چاکراها به دو نوع اصلی و فرعی تقسیم می‌شوند. چاکراهای اصلی هفت عدد می‌باشند و در راستای مغز و نخاع قرار می‌گیرند. این چاکراها به ترتیب از پایین به بالا با شماره‌های یک تا هفت نام‌گذاری می‌شوند. چاکراهای شمارهی یک و هفت یک قسمتی و چاکراهای شمارهی دو تا شش دو قسمتی می‌باشند، به‌طوری که یک قسمت آنها در جلوی بدن و قسمت دیگر آنها در پشت بدن قرار می‌گیرد. به عبارت دقیق‌تر چشم سوم دارای دو قیف
انرژی (در جلو و پشت) می‌باشد، در هر یک از این قیف‌های انرژی دو قیف فرعی وجود

دارد، به همین دلیل آجنا به «گل نیلوفر »تشبیه شده است . در ادبیات و عرفانِ شرق چاکرا به «گل نیلوفر آبی» تشبیه شده است، پس گل نیلوفر سنبل و نماد چاکرا است و تعداد گلبرگهای آن بیانگر تعداد قیف‌های فرعی هر چاکرا می‌باشد. چاکرای ششم (چشم سوم) مهم‌ترین، شناخته شده‌ترین و مورد توجه‌ترین چاکرا است.

چاکرای ششم، مرکز فرماندهی ناظر بر چاکراهای دیگر و مسؤول نظارت بر ذهن است. این چاکرا، پل ارتباطی ابعاد فیزیک و متافیزیک انسان می‌باشد. بخش جلویی چاکرای ششم مسوؤل تجسم فکری و توانایی تجسم و اندیشه کردن است. به عبارت دیگر قابلیت تصویر سازی و درک مفاهیم ذهنی به این بخش مربوط است. این بخش همچنین فرمول‌بندی کردن ایده‌ها و ادراک نیازهای روحی و روانی را بر عهده دارد. توانایی پیگیری و اجرای طرحها و توانایی به فعلیت درآوردن افکار، به بخش پشتی چاکرای ششم مربوط می‌شود. به عبارت دیگر، انجام اعمالی که سبب تجلّی مادی اندیشه‌ها در جهان فیزیکی می‌گردد، بر عهده بخش پشتی این چاکرا می‌باشد. به‌طور خلاصه می‌توان گفت: بخش جلویی چاکرای ششم مسؤول طراحیِ افکار و بخش پشتی آن مسؤول اجراِ اعمال می‌باشد.

تاریخچه‌ی چشم سوم

امروزه در اکثر ادیان، مذاهب، فرهنگ‌ها و اقوام بر اهمیت چاکرای آجنا تأکید می‌شود و این اهمیت به دوران ماقبل تاریخ برمی‌گردد . در آن زمان آجنا نقش یک حس‌گر روحی و معنوی را داشته است . گفته می‌شود که چشم سوم در انسان‌های اولیه کارایی داشته است. امروزه در انسان‌های قرن جدید نیز شواهدی از عملکرد چشم سوم وجود دارد. عملکرد چشم سوم به عنوان یک چشم معنوی در اکثر فرهنگ‌های جهان (قدیم و جدید) دیده می‌شود.

چشم سوم از جمله مقولاتی است که از ابتدا بشر با آن آشنا بوده و از آن استفاده می‌کرده است. از دیدگاه متافیزیک، انسان‌های نخستین، اطلاعات و عملکردی بهتر از انسان‌های امروزی داشته‌اند .

بین کالبد فیزیکی و کالبد اثیری ارتباط وجود دارد و بر هم اثر می‌گذارند، این ارتباط در انسان‌های اولیه بیشتر بوده، ولی در انسان‌های امروزی کمتر است. امروزه تعداد افرادی که کالبد اثیری را می‌شناسند و وجود آن را مستقیم ادراک می‌کنند، بسیار کم است. انسان‌های نخستین، کالبد اثیری را بهتر می‌شناختند و بین کالبدهای اثیری و فیزیکی آنها ارتباط تنگاتنگ برقرار بوده است.

در انسان‌های اولیه، کالبد فیزیکی و عملکردهای آن از طریق پیامها و تحریکات کالبد اثیری کنترل می‌گردیده است، در حالی که امروزه بر اساس مغز و ذهن کنترل می‌شود.

در انسان‌های قدیم، چشم سوم به‌طور طبیعی فعال بوده و از آن بهره می‌گرفتند. به عبارت دیگر آجنا در آنها یک ارگان ماورائی فعال بوده که به‌طور روزمره از آن استفاده می‌شده است. این در حالی است که در انسان مدرن هزاره‌ی سوم، آجنا به‌طور معمول یک ارگان غیر فعال و خاموش است، و فعال کردن آن مستلزم شناخت و تمرین می‌باشد.

به نظر می‌رسد که انسان‌های قدیم از علم و دانش امروزی بی‌بهره بودهاند، ولی در عوضِ آن به‌طور مستقیم از توانایی های کالبد اثیری بهره‌مند می‌شدند. با گذر زمان ارتباط انسان با کالبد اثیری کمتر شده و به‌جای آن، ارتباط با دانش اثیری برقرار گردیده است. در عصر ما ارتباط انسان با کالبد اثیری بسیار کم ولی ارتباط او با دانش اثیری بسیار زیاد شده است، و انسان بصورت آگاهانه یا ناآگاهانه تلاش فراوان برای کسب دانش از جهان اثیری
دارد . بنا بر نظر برخی از متافیزیسین‌ها، بارزترین نمونه توجه به چشم سوم را می‌توان در بین هندوان مشاهده کرد. آنها حداقل یک بار در روز آداب مذهبی را انجام می‌دهند، که قرار دادن یک نقطه از پودر رنگی روی پیشانی (چشم سوم) نیز بخشی از آن می‌باشد، این
عمل باعث تحریک و فعال شدن چشم سوم می‌شود. در زنان هندی این علامت بر روی پیشانی نشانه ازدواج می‌باشد و وجه تمایز بین زنان و دختران در جامعه هند است. در کتابهای مذهب هندو مطالب زیادی درباره‌ی آجنا نوشته شده است.

وقتی مسیحیان کاتولیک در برابر صلیب زانو می‌زنند، با انگشتان خود علامت صلیب را بر روی سینه ترسیم می‌کنند که رأس این صلیب همیشه، پیشانی (چشم سوم) است. بودائیان احترام خود را نسبت به چاکرای آجنا با قرار دادن یک قطعه جواهر یا زیور گرانبها در مرکز پیشانی مجسمه بودا نشان می‌دهند.

آرایش پیچیدهی سربندی که سرخپوستان استفاده می‌کنند از پرهای رنگارنگی تشکیل شده، که به نواری تزیین شده وصل می‌باشند. آرایش این سربند در اطراف مرکز پیشانی حالت قرینه دارد. افرادی که دارای توانایی‌های روحی بیشتری هستند، سربندهای بزرگ‌تر با آرایش پرزرق و برق‌تر استفاده می‌کنند. سربند مصریان قدیم در محل پیشانی دارای شکل یک افعی با سری افراشته است. در فرهنگ مصریان، افعی یک سنبل معنوی است و حضور آن در محل آجنا بر اهمیت این نقطه تأکید می‌کند. سربندی که برخی از سربازان در زمان جنگ به پیشانی می‌بندند نیز جای تأمل دارد.

مسلمانان در نمازهای روزانه‌ی خود به ازای هر رکعت نماز دو بار سجده می‌کنند و در هنگام سجده، پیشانی را بر مهر می‌گذارند و ذکر می‌گویند . علاوه بر این در اسلام از سجده (گذاشتن پیشانی بر مهر) به عنوان نزدیک‌ترین حالت انسان به خداوند یاد شده است. هم‌چنین از سجده در این دین الهی به کرات به عنوان صفت مؤمنان یاد شده است. در احوال بزرگان و پیشوایان دین اسلام آمده است که ساعت‌های طولانی را به سجده سپری می‌کردند!

در اسلام، نماز، معراج مومن و سجده، محل عروج و صعود به عوالم معنا است. سجده مرکز ثقل نماز، از بزرگ‌ترین عبادات و نزدیک‌ترین، جامع‌ترین و بهترین راه وصول به معارف الهی می‌باشد. سجده حجاب‌های بین بنده و مولا را پاره می‌کند. سجده نهایت خضوع و تذلّل، قلبِ عبادات، نهایت بندگی، اوج پرواز معنوی و تیز پروازی در آسمان ملکوت است. حضرت امام صادق علیه‌السلام می‌فرمایند: «سجده منتهای عبادت بنی آدم است.» (مستدرک الوسائل، ج۴، ص ۴۷۲) حضرت امام رضا علیه‌السلام نیز می‌فرمایند: «بیشترین نزدیکی بنده با خدا در حال سجده است.» (وسائل الشیعه، ج۴، ص۹۷۹)

سجده اعلان بندگی و عبودیت، دلیل تجلی وجود و ضامن بقای هستی است. حضرت امام صادق علیه‌السلام می‌فرمایند: « قسم به خدا از زیانکاران نخواهد بود، آن کس که حقیقت سجده را دریابد، اگرچه در تمام مدت عمر خود یک مرتبه چنین سجده کند.» (بحار الانوار، ج۸۵، ص ۱۳۶) در کتاب «آداب نماز» در معرفی سجده چنین آمده است: «و آن نزد اصحاب عرفان و ارباب قلوب، ترک خویشتن و چشم بستن از ماسوی، و به معراج یونسی ـ که به فرو رفتن در بطن ماهی حاصل شد ـ متحقق شدن به توجه به اصل خویش بی رؤیت حجاب. و در سر بر تراب نهادن، اشارت به رؤیت جمال جمیل است در باطن قلب خاک و اصل عالم طبیعت. » همچنین در این کتاب ذکر شده که: «سجده غشوه و صعق در نتیجهٔ مشاهدهٔ انوار عظمت حق است.» (آداب نماز، ص۳۵۶ و ۳۶۱)

سجده دارای فواید عدیده‌ی فیزیکی و ماورائی است که ما از آن بی‌خبر و غافل هستیم ولی بر اساس شواهد و قرائن موجود به نظر می‌رسد که یکی از این فواید تحریک آجنا باشد . اگر این گونه باشد، یک مسلمان حداقل ۳۴ مرتبه در روز، چشم سوم را تحریک می‌نماید. این در حالی است که اگر به غیر از سجده‌های نمازهای واجبِ یومیه، سایر سجده‌ها (سجده‌ی شکر بعد از نماز، سجده‌های نمازهای مستحبی و...) را نیز در نظر بگیریم، تحریک آجنا توسط یک مسلمان بیش از ۳۴ مرتبه در شبانه روز خواهد بود.

انطباق محل سجده (پیشانی) با مکان چشم سوم (پیشانی) ، ارتباط هر دو با مسائل ماورائی و معنوی، بیان «ذکر» در سجده و بیان «مانترا» برای تحریک آجنا، فشار فیزیکی بر پیشانی به هنگام سجده و اثرات ماساژ و فشار بر پیشانی برای تحریک چشم سوم، سجده بر مهر از جنس خاک و استفاده از خاک، به عنوان منبع انرژی برای تحریک آجنا، گذاردن کافور بر پیشانی مرده و استفاده از کافور برای تحریک چشم سوم در متافیزیک و... همه نشان از ارتباط این دو مقوله (سجده و چشم سوم) با یکدیگر دارد.

با اوصافی که پیرامون کمیّت و کیفیّت سجده و ارتباط آن با چشم سوم گذشت، اثبات می‌شود که در بین تمام ادیان و سیستم‌های معنوی، اسلام بیشترین توجه را به چشم دل داشته و تحریک آن به منظورهای معنوی را مد نظر دارد.

اهمیت چشم سوم

چشم سوم مهم‌ترین گیرنده در کالبد اثیری است و کاربردهای فراوان دارد . اهمیت و کاربردهای آجنا در کالبد دوم مانند اهمیت و کاربردهای چشم فیزیکی در کالبد اول است. بخش اعظم ادراکات فیزیکی از طریق چشم فیزیکی به کالبد فیزیکی منتقل می‌شود، و فقط بخش اندکی از ادراکات از طریق چهار حس دیگر دریافت می‌شود. پس اگر بینایی تعطیل شود، بخش اعظم ارتباط شخص با محیط نیز تعطیل می‌گردد . به همین ترتیب بخش اعظم ارتباط انسان با عوالم ماوراء، موجودات ماوراء و پدیده‌های ماورائی از طریق چشم سوم است، هر چند که انسان علاوه بر بیناییِ باطنی دارای گیرنده‌های ماورائی دیگری نیز می‌باشد، ولی اهمیت گیرنده‌های دیگر از چشم سوم کمتر است. حضرت علی علیه‌السلام می‌فرمایند: «هرگاه دیدهٔ بصیرت کور باشد نگاه چشم سودی ندارد . » (ترجمه میزان الحکمه، ح۱۷۳۰) همچنین پیامبر گرامی اسلام (ص) می‌فرمایند: «کور آن نیست که چشمش نابینا باشد، بلکه کور آن است که دیدهٔ بصیرتش کور باشد.» (ترجمه میزان الحکمه، ح۱۷۳۵) در کتاب تفسیر نمونه آمده است که: «در حقیقت آنها که چشم ظاهر خویش را از دست می‌دهند، کور و نابینا نیستند و گاه روشندلانی هستند از همه آگاه‌تر، نابینایان واقعی کسانی هستند که چشم قلبشان کور شده و حقیقت را درک نمی‌کنند.» این کتاب همچنین از پیامبر گرامی اسلام (ص) نقل قول می‌کند که فرموده‌اند: «بدترین نابینایی، نابینایی دل است.» ویا فرموده‌اند که: «نابینایی‌ترینِ نابینایی‌ها، نابینایی دل است.» (تفسیر نمونه، ج۱۴،ص۱۳۰)

در کتاب تفسیر المیزان آمده است که: «حقیقت کوری همانا کوری قلب است نه کوری چشم، چون کسی که از چشم کور می‌شود باز مقداری از منافع فوت شدهی خود را با عصا یا عصاکش تامین می‌کند، و اما کسی که دلش کور شد، دیگر به‌جای چشم دل چیزی ندارد که منافع فوت شده را تدارک نموده، خاطر را با آن تسلیت دهد .» (ترجمه المیزان، ج۱۴، ص۵۴۹) همچنین در جای دیگری از کتاب المیزان چنین بیان می شود: «مراد از کوری آخرت کوری چشم نیست، بلکه نداشتن بصیرت و دیده باطنی است، و همچنین مقصود از کوری دنیا هم همین است .» (ترجمه المیزان، ج۱۳، ص۲۳۲)

عملکردها، فعالیت‌ها و وظایف چشم سوم

چشم سوم پل ارتباطی فیزیک و متافیزیک، ظاهر و باطن، جسم و روح، تن و روان، مغز و ذهن و خودآگاه و ناخودآگاه است.

چشم سوم پلی برای رفتن به فراسوی ابعاد مکان و زمان می‌باشد. کالبد فیزیکی ما (جسم) مقید به بُعد مکان و زمان می‌باشد، به این معنی که وقتی جسم ما در زمان حال است، دیگر نمی‌تواند همزمان در گذشته و یا در آینده باشد. یا وقتی جسم ما در یک مکان است، نمی‌تواند همزمان در مکان یا مکان‌های دیگر باشد. این محدودیت‌ها برای کالبدهای متافیزیکی وجود ما مصداق ندارد . پس انسان می‌تواند از طریق چشم سوم به ماورای بُعد مکان و زمان سفر کند. در اصل می‌توان با کمک آجنا به مکان‌ها و زمان‌های دیگر در عالم فیزیکی و حتی در عوالم دیگر اشراف پیدا کرد. فخرالدین عراقی چنین بیان می‌دارد که:

گشت بیدار چشم دل، چو مرا / عالم از پیش جسم و جان برخاست آجنا دریچه‌ی ورود به جهان‌های ماوراء و شاهراه حیاتی برای رسیدن به جهان‌های دیگر می‌باشد؛ به عبارت دیگر چشم سوم سرآغاز ارتباط انسان با جهان‌های معنوی است. چشم سوم مناسب‌ترین مکان برای این کار در افراد اهل علم و دانش می‌باشد .

پس می‌توان گفت، آجنا پلی بین سطح فیزیکی و سطوح معنوی است و راهی برای دست‌یافتن به واقعیت‌ها و توانایی‌های جهان‌های دیگر می‌باشد .

در کتاب «حکمت عبادات »در بحث عالم مُلک و ملکوت آمده است که: « ملکوت یعنی باطن و مُلک یعنی ظاهر . آنجا که سبحان است، جای ملکوت است فسبحان(الّذی بیده ملکوت کلّ شیء) و آنجا که سخن از مُلک است جای تبارک، تبارک(الّذی بیده الملک). بین ملک و ملکوت مثل ظاهر و باطن فرق است. او همگان را دعوت کرده که سری به باطن عالم بزنید و خود را ارزان نفروشید. نه به خود اعتماد کنید و نه به دیگران. راه رسیدن به باطن عالم را راهیان و واصلان این راه تبیین کرده‌اند . » در جای دیگری از همین کتاب آمده است: « کسی که به عالم ملکوت آشنا شد از آنجایی که ملکوت یقین آور است، دیگر مردّد نیست و در هیچ امری شک ندارد.» (حکمت عبادات، ص۵۶) نویسنده این کتاب معتقد است که از طریق عبادات دینی می‌توان به ملکوت راه یافت؛ «حکمت عبادتْ راه پیدا کردن به ملکوت است، و مشاهده ملکوت با یقین همراه است و چیزی در عالم گرامی‌تر و گران‌تر از یقین نیست . خدا این یقین را به افراد خاصی اعطا می‌کند نه همگان».

در شروع کتاب آداب نماز چنین آورده شده است: «... متحیّرانی هستیم که چون کرم ابریشم از سلسله‌های شهوات و آمال بر خود تنیده و یکسره از عالم غیب و محفل انس چشم بریده؛ جز آن که از بارقة الهیّه چشم دل ما را روشنی بخشی...» (آداب نماز، ص۱)

تیسراتیل محلی برای دریافت ادراکات فراحسی، الهام، اشراق، کشف و شهود می‌باشد. در کلام بزرگان آمده است که: « اگر کسی چشم باطنش باز شود امکان ندارد از شهود ظاهری پی به مشهود باطن نبرد» (طریق عرفان، ص۴۴) هاتف اصفهانی با اشاره به همین مضامین می‌گوید:

چشم دل باز کن که جان بینی / آنچه نادیدنی است آن بینی چشم سوم در مباحث عرفانی از جایگاه ویژهای برخوردار است. آجنا در مباحث عرفانی به چشم دل معروف می‌باشد و بسیاری از تجارب عرفانی به وسیله‌ی چشم دل کسب می‌گردد؛ به عبارت دیگر چشم دل محلی

برای رؤیت تصاویر و کسب تجارب معنوی و عرفانی می‌باشد. فخرالدین عراقی دراین‌باره چنین سروده است:

دیده ادراک او ناظر احکام لوح / چشم دل پاک او مشرق ام‌الکتاب در کتاب «تفسیر جامع صحیفهٔ سجادیه» چنین نوشته شده است: «در صورتی که ظاهر به آداب شریعت آراسته شود، و باطن به نور معرفت و اخلاق حسنه و ایمانِ کامل منور گردد، چشم دل برای دیدن حقایق باز می‌گردد، و هر قلبی به تناسب قدرت و قوتش به تماشای جلال و جمال و عظمت و جبروت موفق می‌شود.» (ج۱، ص۱۳۳) هم‌چنین در این کتاب آورده شده است که: «هر قلبی را در توجه به حضرت او و درک حقایق ایمانی ظرفیتی است که برابر آن ظرفیت، قبول کنندهٔ نور جمال است؛ چنانچه بیش از قدرت طلب شود به آن طلب پاسخ ندهند، که پاسخ به طلب خارج از توان و قوت قلب، مساوی به باد رفتن هستی است، چنان‌که درآیهٔ ۱۴۳ سورهٔ مبارکه اعراف، به این معنا به‌طور صریح اشارت رفته است، و در این زمینه مفسر بزرگ قرن و عارف عالی‌شأن در تفسیر المیزان توضیحی عالمانه داده است.» (ج۱، ص۱۳۵)

کتاب تفسیر المیزان روایتی را نقل می‌کند که حضرت امام صادق علیه‌السلام در جواب سوال «ابی بصیر» فرمودند که: مومن در قبل از دنیا، در دنیا و در قیامت خدا را می‌بینند، ابی بصیر خطاب به امام عرض کرد آیا اجازه دارم این مطلب را از قول شما برای عموم نقل کنم؟ حضرت فرمودند: نه، برای این‌که هر کسی معنای این گونه مطالب را نمی‌فهمد آن وقت مردمِ جاهل گفتارت را شبیه به کفر می‌پندارند، و نمی‌فهمند رؤیت به قلب غیر از رؤیت به چشم است. هم‌چنین در نهج‌البلاغه حضرت علی علیه‌السلام فرموده اند: «دیدگان او را (خدا) به رؤیت بصری ندیده، ولیکن دلهاست که او را به حقیقت ایمان دیدار کرده است.» تفسیر المیزان به نقل از حضرت امام رضا علیه‌السلام می‌نویسد که: «رسول خدا هر وقت در مقام بر می‌آمد که با چشم دل پروردگار خود را ببیند خداوند او را در نوری نظیر نور حجاب‌ها قرار می‌داد و در نتیجه هر چه در آن حجاب‌ها بود برایش روشن می‌شد.» هم‌چنین در این کتاب نوشته شده است که « محمد بن فضیل » از امام ابی‌الحسن علیه‌السلام پرسید آیا رسول خدا (ص) پروردگار خود را می‌دید؟ امام فرمودند: آری با دل خود می‌دید. (ترجمه المیزان، ج۸، ص۳۴۱، ص۳۴۰ و ص۳۴۳)

نگاه کردن به ذات پاک پروردگار، با چشم دل و از طریق شهود باطن امکان پذیر است و انسان را مجذوب آن ذات بی‌مثال و آن کمال و جمال مطلق می‌کند، در اثر این نگاه لذتی روحانی و وصف ناپذیر به انسان دست می‌دهد، که یک لحظه‌ی آن از تمام دنیا و آنچه در دنیا است برتر و بالاتر می‌باشد . پس اگر حجاب‌ها کنار رود و انسان خداوند را با چشم دل مشاهده کند، خواهد فهمید که چیزی محبوب‌تر و لذت‌بخش‌تر از نگاه به پروردگار با چشم درون نیست.

در کتاب تفسیر نمونه ذیل بحث « لقاء الله چیست؟» آمده است که منظور از لقاء و ملاقات خداوند دو چیز می‌تواند باشد. اول مشاهدهی آثار قدرت خداوند در صحنه‌ی قیامت و پاداش‌ها و کیفرها و نعمت‌ها و عذاب‌های او، دوم یک نوع شهود باطنی و قلبی. این کتاب در تکمیل مطلب دوم چنین آورده است: « انسان گاه به جایی می‌رسد که گویی خدا را با چشم دل در برابر خود مشاهده می‌کند، به طوری که هیچگونه شک و تردیدی برای او باقی نمی‌ماند. این حالت ممکن است بر اثر پاکی و تقوا و عبادت و تهذیب نفس در این دنیا برای گروهی پیدا شود...» (تفسیر نمونه، ج۱، ص۲۱۷)

در جای دیگری از این کتاب آمده است که: «اگر در روایات اسلامی یا آیات قرآن تعبیر لقای پروردگار آمده است، منظور همان مشاهده با چشم دل و دیده خرد است »، این کتاب در تفسیر « فمن کان یرجوا لقاء ربه فلیعمل عملا صالحا » می‌نویسد: «لقای پروردگار که همان مشاهده باطنی ذات پاک او با چشم دل و بصیرت درون است گرچه در این دنیا هم برای مؤمنان راستین امکان پذیر است اما... این مسئله در قیامت به خاطر مشاهده آثار بیشتر و روشنتر و صریحتر جنبه همگانی و عمومی پیدا می‌کند.» (تفسیر نمونه، ج۱۲، ص۵۷۷)

در جای دیگری از کتاب تفسیر نمونه نوشته شده است که: «مشاهده خداوند با چشم دل هم در این جهان ممکن است و هم در جهان دیگر و مسلماً در قیامت که ذات پاک او ظهور و بروز قویتری دارد این مشاهده قویتر خواهد بود.» **....** « چشم سر آثار را می‌بینند و چشم دل آفریننده آثار را»**.** پس لقای معنوی پروردگار در قیامت رخ می‌دهد، هنگامی که حجاب‌های عالم دنیا کنار رود و غبارهای شهوات و هوس‌ها فرو نشیند، پرده‌ها برداشته شود و انسان با چشم دل جمال دل آرای محبوب را ببیند، بر بساط قربش گام نهد و به حریم دوست راه یابد. (تفسیر نمونه، ج۲، ص۸۸ و ج۱۹، ص۳۸۵)

مترجم کتاب رساله« الولایهِ» در پاورقی ترجمه‌ی کتاب مذکور چنین آورده است: « از این آیه شریفه (آیه ۱۴سوره مطفّفین) استفاده می‌شود که همانا مشاهدهٔ آیات الهی که از چشم غیر اهل یقین، مستور است و پرده و حجاب بر آنها کشیده شده، به وسیله چشم دل است نه چشم ظاهری؛ پس برای دل چشم است همانطور که دارای اعضای حسی دیگر نیز هست. و در تأیید این معنا، آیات زیادی در قرآن کریم است. (مانند آیهٔ ۹ سورهٔ یاسین، آیهٔ ۱۷۱ سورهٔ بقره و آیهٔ ۴۶ سورهٔ حج)» (طریق عرفان، ص۱۲۳ و ۱۲۴)

آجنا وسیله‌ای برای تله‌پاتی است. تله‌پاتی به معنی ایجاد ارتباط از طریق افکار و بدون استفاده از ابزار فیزیکی و حواس پنج‌گانه و کلام می‌باشد. همه‌ی انسان‌ها بالقوه دارای استعداد تله‌پاتی می‌باشند. این پدیده در انسان‌های اولیه یک راه ارتباطی معمول بوده است.

در صورتی‌که چشم سوم فعال و باز باشد، انسان‌ها می‌توانند از طریق تله‌پاتی با یکدیگر در ارتباط باشند. همه می‌دانند که عاشقان چگونه هنگامی که دور از هم به سر می‌برند، از طریق فکر با هم ارتباط برقرار می‌کنند، در این موارد، علت این است که عشق، امواج مغزی را با هم هماهنگ می‌کند. مادران هر گاه فرزندانشان در خطر باشند، آگاه می‌شوند، حتی اگر هزاران کیلومتر از آنها دور باشند.

با اوصاف فوق شما می‌توانید از طریق چشم سوم برای هر کس که بخواهید پیام بفرستید؛ برای این منظور هنگامی که روی چاکرای ششم تمرکز می‌کنید، تصویر شخصی را که می‌خواهید به او پیام بدهید مجسم کنید، و او را در حال دریافت پیام ببینید. ممکن است مدتی طول بکشد، اما به هر حال او دریافتی از شما خواهد داشت. اگر شما برای این تمرین با کسی قرار بگذارید، موفقیت بیشتری خواهید داشت.

آجنا می‌تواند عامل ارتباط ما با موجودات دیگر باشد. از طریق این ساختار می‌توان با موجودات فیزیکی غیر از انسان مانند گیاهان و جانوران ارتباط برقرار ساخت. به عبارت دیگر، انسان می‌تواند با کمک چشم سوم و تله‌پاتی با جانوران و گیاهان ارتباط گرفته، یا به اصطلاح با آنها صحبت کند. هم‌چنین از طریق چشم سوم می‌توان با موجودات ماورائی ارتباط گرفت. در حال حاضر بر روی کرهی زمین که بخش بسیار کوچکی از جهان فیزیکی می‌باشد، بیش از یک میلیون و دویست هزار گونه موجود زنده شناسایی شده است. با وجود این همه موجود در این کرهی خاکی کوچک، آیا به نظر شما سایر کرات موجود در جهان فیزیکی، خالی از موجودات و مخلوقات می‌باشد؟ و آیا سایر جهان‌ها (بخش‌های دیگر جهان هستی به غیر از جهان فیزیکی) از موجودات و مخلوقات تهی می‌باشد؟ به استناد مطالب دینی و یافته‌های علمی، می‌توان حدس زد که در سایر بخش‌های جهان هستی نیز مخلوقاتی زیست می‌کنند . بخش زیادی از این مخلوقات، موجودات ماورایی‌اند، که در حالت عادی و با حواس فیزیکی نمی‌توان آنها را رؤیت نمود ولی با کمک چشم سوم می‌توان این

موجودات را احساس، ادراک و رؤیت نمود و با آنها ارتباط برقرار کرد. فرشته، روح و جن از جمله مشهورترین و معروف‌ترین موجودات ماورایی می‌باشند.

آجنا وسیله‌ای برای پیش‌بینی، پیشگویی، آینده‌نگری و روشن‌بینی است. آینده نگری شامل کسب اطلاعات و اخبار در مورد آینده می‌باشد. روشن‌بینی به معنی دریافت و رؤیت اطلاعات بدون استفاده از چشم معمولی است.

هم برق دم خنجر او سانحه سوز است / هم چشم دل روشن او حادثه بین است تجارب زیادی در طول تاریخ اثبات کرده‌اند که مقولات فوق واقعیت داشته، انسان می‌تواند به آنها دست یابد. ولی هر کس در این زمینه ادعا کند، نمی‌توان گفت که ادعایش درست است و چه بسا ادعایی بیش نباشد. البته پر واضح است، آنهایی که در این زمینه‌ها به توانایی‌های مثبت دست پیدا کرده‌اند، هیچ گونه ادعایی ندارند.

پیشگویی از جمله مقولات بسیار داغ و حساس در متافیزیک است، که با شک، شبهه، اوهام و خرافات آمیخته شده است، و از لحاظ علمی جای سوال و از نظر دینی محل تأمل است. در این مورد باید گفت که اصل مطلب پیشگویی صحیح است و برخی انسان‌ها می‌توانند به طرق مختلف از آینده با خبر شوند. کتاب «کشف الاسرار» با استفاده از نظرات فلاسفه و حکمای اسلامی و متافیزیسین‌ها و دانشمندان غربی وجود و صحت پیشگویی را به اثبات می‌رساند.

متافیزسین‌ها برای پیشگویی شیوه‌های مختلفی دارند که یکی از مهم‌ترین و معتبرترین آن استفاده از آجنا می‌باشد. البته دست یافتن به قدرت پیشگویی و فعال نمودن این توانایی نهفته در وجود انسان کار سخت و دشواری است، که نیاز به زمان طولانی و زحمت فراوان دارد. چشم سوم به خاطر نقش حیاتی‌اش در ادراک روح، اهمیت ویژه‌ای دارد. این چاکرا مجرای ارتباطی ما با ضمیر ناخودآگاه و مرکز نیروی درونیمان می‌باشد، یعنی جایی که بدن ما می‌تواند خود را شفا دهد، یا جایی که ما می‌توانیم دیگران را شفا دهیم. آجنا مرکز ارتعاش انرژی‌های روحی و نیروهای روانی خودآگاه و ناخودآگاه ما می‌باشد. به عبارت بهتر، چشم سوم مرکز فرماندهی روح در جسم فیزیکی است.

از لحاظ عاطفی، چشم سوم پلی به سوی شناخت و ارزیابی «خود» است. علاوه بر جنبه‌ی روحی، آجنا در زمینه‌ی توانایی‌های عقلانی نیز به ما کمک می‌کند. این چاکرا همچنین به ما کمک می‌کند که در برابر عقاید دیگران ـ به خصوص عقاید مخالف ـ ذهنی باز داشته باشیم. بسیاری از انسان‌ها تحمل و ظرفیت شنیدن و یا پذیرش عقاید مخالف با میل و علاقه‌ی خودشان را ندارند، که این در بسیاری از موارد شغلی، خانوادگی و اجتماعی باعث بروز مشکلات عدیده می‌شود. بسیاری از دعواها و درگیری‌ها در همین مطلب ریشه دارد. خیلی از انسان‌ها فرهنگ گفتمانشان بسیار ضعیف است. یکی از دلایل مهم ضعف فرهنگ گفتمان، عدم فعالیت مناسب آجنا است.

آجنا ما را قادر می‌سازد که از تجربه‌ها درس بگیریم. چشم سوم مرکز هوش عاطفی و استدلال شهودی ما است و بصیرت درونی ما را تا زمانی که مانعی در برابر آن وجود نداشته باشد، افزایش می‌دهد.

حتماً برای شما اتفاق افتاده که فکری به ذهنتان خطور کند و دقیقاً به همان صورت اتفاق بیفتد ! مثلًا ممکن است قبل از رفتن به دانشگاه، به فکرتان برسد که امروز در کلاس اتفاق عجیبی رخ خواهد داد و پس از حضور در کلاس در کمال تعجب می‌بینید که آن فکر به وقوع می‌پیوندد. این پدیده در بعضی افراد به ندرت و در برخی دیگر به کرات پیش می‌آید. این گونه امور از مجرای چشم سوم عمل کرده، این اطلاعات به کمک آجنا به شخص می‌رسد.

چشم سوم مانند مجرایی عمل می‌کند که از طریق آن نوسان‌های فرامادی به سوی کیهان فرستاده می‌شود. پس این ساختار عامل ارتباطی ما با کیهان و گذرگاه ورود به کیهان می‌باشد. کسانی که به این مرحله از رشد متافیزیک برسند، دیگر ترسی از مرگ نخواهند

داشت و حتی مشتاق آن می‌باشند. ترس از مرگ یکی از معضلات تمام اقشار بشر می‌باشد. البته حقیقت آن است که جسم انسان از مرگ می‌هراسد ولی روح نه تنها هراسی از مرگ ندارد بلکه مشتاق آن است.

تیسراتیل محل رؤیت و ارتباط با «استاد درون» یا «گورو» است. گورو، استاد و معلم متافیزیک و یا عرفان است که می‌تواند در قالب روحی ظاهر شده و آموزش دهد. از نظر لغوی، گورو به معنی شخص سنگین، موقر و محترم است. این شخص دارای روحی والا و رفیع است و می‌تواند در هر دو جهان فیزیکی و ماورائی حضور داشته باشد. بسیاری از رازهای هستی و خلقت برای گورو آشکار شده است. استاد درون به گذشته و آینده اشراف دارد. با ارواح و فرشتگان در ارتباط است و هاله‌ی نورانی را می‌بینند.

آنگاه که معرفت‌جو آمادگی و ظرفیت لازم را داشته باشد، استاد درون به سراغ او می‌آید. به یاد داشته باشید که این استاد درون است که شما را انتخاب می کند. اگر معرفت‌جو برای رسیدن به استاد درون تلاش فعال نماید، نتیجه‌ی معکوس می‌دهد، به عبارت دیگر اگر معرفت‌جو مدام طلب دیدار استاد درون را داشته باشد، به نتیجه نخواهد رسید. صدا زدن گورو و یا فرا خواندن او امری گستاخانه است. برای ارتباط با استاد درون باید متواضع و فروتن بود. گاهی اوقات جوینده در خواب، رویا و خلسه، ستاره‌ی آبی می‌بینند که نشانه ارتباط قریب الوقوع با استاد درون می‌باشد.

آموزش‌های متافیزیک در دو بُعد ظاهری و باطنی انجام می‌شود . شروع آموزش‌ها عموماً با آموزش‌های فیزیکی یا ظاهری است، که شاگرد و استاد در بُعد فیزیکی هم‌دیگر را ملاقات کرده، آموزش‌ها را آغاز می‌کنند. پس از مدتی که شاگرد توانایی و ظرفیت لازم را کسب کند، استاد به شکل روحی و از درون در زمان خواب، رؤیا و یا خلسه بر او ظاهر می‌شود و آموزش‌های لازم را ارائه می‌کند؛ به این شخص استاد درون گفته می‌شود. استاد درون می‌تواند همان استاد ظاهری و فیزیکی باشد و یا می‌تواند فرد دیگری باشد. استاد
درون می‌تواند در قید حیات باشد و یا این جهان خاکی را ترک نموده باشد. ممکن است

برای شاگرد، استاد درون یک چهره‌ی آشنا و یا چهره‌ی جدید باشد. در هر شکل استاد درون در محل چشم سوم بر شاگرد ظاهر شده و او را آموزش می‌دهد. شاگرد نیز از طریق آجنا می‌تواند با استاد درون در ارتباط باشد.

قدرت ذهن، خرد، عقل، استدلال و بینش در چاکرای آجنا نهفته است. توانایی دست زدن به خلاقیت‌های بزرگ، توانایی آموختن و درس گرفتن از تجربه‌ها، توانایی ارزش‌یابی اعتقادات و نگرش‌ها و احترام گذاشتن به نظرات دیگران از جمله مسائل دیگری هستند که به چشم سوم مربوط می‌شوند. هر چند که عشق مربوط به چاکرای قلب (چاکرای اصلی شماره‌ی چهار) است ولی عشق‌های عرفانی و ماورایی به تیسراتیل ارتباط دارد. چشم سوم منشاء علم مطلق است.

از چشم سوم می‌توان مانند یک دوربین استفاده کرد و با آن می‌توان به سفر پرداخت؛

چشم سوم می‌تواند شخص را به هر کجا که مجسم کند، ببرد، زیرا توسط تجسم راهنمایی می‌شود. همه‌ی افکار و احساساتی که ما به چشم سوم می‌فرستیم، انرژی جذب می‌کنند تا در نهایت به واقعیت تبدیل شوند . ممکن است این فرآیند چند روز تا چند هفته طول بکشد و با واسطه‌های متعدد به دست شخص برسد، اما اگر ثبات و پشتکار باشد، سرانجام به هدف خواهد رسید . به عبارت دیگر چشم سوم جایگاه یک فرآیند برهم کنش است؛ همه افکار و احساساتی که شما وارد آن می‌کنید، به طرز شگرفی فزونی یافته، دوباره پدیدار می‌شوند .

از آنجا که چشم سوم هر چه را که شخص طلب کند برآورده می‌سازد، مهم است که همیشه چیزهای خوب آرزو شود. هرگز برای کسی آسیب و زیان نخواهید. همواره برای همه‌ی نوع بشر و همه‌ی نژادها در سراسر جهان هستی بهترین را بخواهید، همیشه کسانی را که به شما آزار رسانده‌اند، ببخشید و برای آنها دعای خیر کنید. این توصیه برای حفاظت از خود شماست. زیرا مانع از این می‌شود که احساس رنجش و ناخشنودی شما ادامه پیدا
کند و شما را تا سطح شخصی که درباره‌ی او فکر می‌کنید تنزل دهد. هم‌چنین خواسته‌های خود را با چیزهای آسان شروع کنید . سعی نکنید که از آسمان سکه‌های طلا ببارانید، این کار ممکن است ولی نه برای افراد عادی. اگر مشکل مالی دارید، بهتر است که برای افزایش درک و فهم خود دعا کنید.

چشم سوم پل برقراری ارتباط فکری با دیگران است. وقتی به هر دلیل خوشایند و یا ناخوشایند به فرد دیگری فکر کنیم، یک پل انرژی بین چشم سوم ما و او برقرار می‌شود که ما را به هم وصل می‌نماید. عوامل زیادی باعث می‌شود که ما به دیگران فکر نمائیم، از جمله: دوست داشتن، تنفر داشتن، طلب کار بودن، بدهکار بودن، ظلم کردن، مظلوم واقع شدن و... تمام اینها باعث شده که به فرد دیگری فکر نموده، از طریق پل انرژی چشم سوم با او ارتباط برقرار نماییم. در این حالت اگر آن فرد از نظر انرژی و آگاهی از ما بالاتر باشد، ما تا مرتبه‌ی او صعود می‌کنیم، ولی اگر پایین‌تر باشد، ما نیز تا مرتبه‌ی او نزول خواهیم کرد.

اگر فکر کردن به شخصی و در نتیجه ارتباط با او از طریق چشم سوم موقت و گذرا باشد،

این صعود و نزول نیز موقت و گذرا است. ولی در مواردی که به صورت دایم به فردی فکر نماییم، اتصال ما نیز دایمی بوده، صعود و یا نزول به مرتبه‌ی آن شخص نیز دایمی می‌شود.

کینه به دل گرفتن سبب شده که انسان دائم به شخص مقابل فکر نموده، با مکانسیم‌هایی که ذکر شد، به مرتبه‌ی آن شخص نزول نماید. برای همین توصیه شده که در این موارد اشخاص را ببخشید و از اشتباه آنها درگذرید و کینه‌ی آنها را به دل نگیرید. این در درجه‌ی اول به نفع خود شما است.

چشم سوم عامل بهره گرفتن از جادوی سیاه نیز می‌باشد. جادوی سیاه به معنی استفاده‌های منفی از توانایی‌های متافیزیکی و نیروهای ماورائی بر علیه دیگران می‌باشد. هدف از این کار آسیب رساندن به دیگران و اذیت نمودن آنها است. جادوی سیاه در فرهنگ‌ها و ملل مختلف به شیوه‌های متفاوتی به‌کار می‌رود. در جادوی سیاه با اعمال

فیزیکی و ماورائی که انجام می‌شود، حجم زیادی انرژی منفی از چشم سوم عامل به سمت فرد مورد نظر ارسال می‌گردد، این انرژی‌های منفی با نمود فیزیکی و ماورائی خود تاثیرات منفی بر جسم و روان سوژه می‌گذارد.

ارگان‌های مرتبط با چشم سوم

هر یک از چاکراها از لحاظ فیزیکی و متافیزیکی با بخش‌های مختلف و عملکردهای متفاوتی از وجود انسان در ارتباط هستند. به عبارت دقیق‌تر، هر یک از چاکراهای اصلی با ساختار و عملکرد تمام کالبدهای هفت‌گانه انسان در ارتباط است. چشم سوم نیز با آناتومی و فیزیولوژیِ جسم و پاراآناتومی و پارافیزیولوژیِ روان و روح در ارتباط است. ارتباط آجنا با جسم فیزیکی را از نظر اهمیت می‌توان به سه بخش تقسیم نمود: اول غدد درونریز، دوم سیستم عصبی، سوم سایر ارگان‌ها. در بخش اول، چشم دل به‌طور مشخص با غدهی پینه‌آل و غدهی هیپوفیز در ارتباط است. در بخش دوم با سیستم عصبی مرکزی و به‌طور دقیق با مغز و بخش گردنی نخاع ارتباط دارد. حواس پنج‌گانه نیز با آجنا مرتبط است. در بخش سوم می‌توان از چشم‌ها، گوش‌ها، بینی و سینوسهای پیشانی، گونه و بینی نام برد. برخی اعتقاد دارند که چشم سوم با سیستم ایمنی نیز در ارتباط است. عده‌ای دیگر معتقدند که سیستم ایمنی به چاکرای شمارهی یک مربوط می‌شود. به یاد داشته باشید که اعصاب و غدد درونریز از مهم‌ترین بخش‌های جسم فیزیکی می‌باشند، چون تمام عملکردهای فیزیکی از بُعد مادی در نهایت به این دو بخش برمی‌گردد، در اصل این دو بخش رهبر و مسؤول کنترل و هدایت تمام اعمال فیزیکی در جسم می‌باشند. تمام فعل و انفعالات فیزیکی توسط

اعصاب و غدد درونریز تنظیم می‌شوند . این دو بخش مکمل یکدیگر می‌باشند.

همانطور که گفتیم در سطح آناتومیک و فیزیولوژیک هر چاکرا با قسمتی از سیستم عصبی و غدد درونریز در ارتباط است. هرچند که چاکراها به تناسب محل قرار گرفتن‌شان با بخش‌های مختلفی از جسم فیزیکی در ارتباطند، ولی ارتباطشان با غدد درونریز بسیار حایز اهمیت است. به‌طوری که بین چاکراها و غدد درونریز ارتباطات و تأثیرات متقابل وجود دارد. به عبارت دیگر هر چاکرا دارای یک معادل فیزیکی مشخص در کالبد فیزیکی است. معادل فیزیکی چاکرای آجنا غدهی پینه‌آل (غدهی صنوبری) است.

البته برخی اعتقاد دارند که معادل این چاکرا غدهی هیپوفیز است و غدهی پینه‌آل را به چاکرای شمارهی هفت ارتباط می‌دهند. از آنجا که چشم سوم به وسیله‌ی عنصر نور کنترل می‌شود و با توجه به ساختار و عملکرد غدهی پینه‌آل به نظر می‌رسد که چشم سوم در ارتباط با این غده باشد.

غدهی پینه‌آل برای بیش از دو هزار سال موضوع مطالعات فلسفی بوده است. همچنین پزشکان و زیست شناسان تا مدت‌ها دربارهی عملکرد دقیق آن سردرگم بودهاند. به هرحال امروزه آخرین مطالعات پزشکی نشان می‌دهد که غدهی پینه‌آل در توانایی‌های روحی انسان نقش مهمی دارد. از بین ارگان‌های بدنِ انسان هیچ ارگان دیگری به اندازهی غدهی پینه‌آل در جهت تکامل دچار تغییر و تحول نشده است .

تحقیقاتی که روی فسیل‌های به جا مانده از اعصار گذشته انجام شده، نشان داده است که غدهی پینه‌آل مانند یک چشم فیزیکی سوم عمل می‌کرده، که به نور و تاریکی حساس بوده است . این واقعیت دربارهی گونه‌های منقرض شدهای مانند «برونتوساروس» و سایر مهرهداران دوزیست ابتدایی اثبات شده است . حتی امروزه در حیوانات پست‌تر مانند قورباغه، غدهی پینه‌آل، نور را حس می‌کند. در جریان تکامل گونه‌ها از خزندگان تا پرندگان، حیوانات و سرانجام انسان، سلول‌های حس‌گر غدهی پینه‌آل، به وسیله سلول‌های دیگر جایگزین شدهاند و در تکامل یافته‌ترین مهرهداران مانند انسان دیگر اثری از سلول‌های گیرندهی نور در غدهی پینه‌آل به جا نمانده است.

در پستانداران غدهی پینه‌آل تقریباً در وسط مغز قرار گرفته است. این غده به رنگ سفید و به شکل میوهی کاج است. در انسان این غده به نسبت بلندتر است و حدود یکصد میلی‌گرم وزن دارد. بعد از بلوغ، این غده با فرآیند رسوب کلسیم سفت می‌شود اما عملکرد آن تغییری نمی‌کند. سال‌ها پیش دانشمندان کشف کردهاند که در پسران جوان دچار تومورهای اطراف غدهی پینه‌آل، رشد زودرس اندامهای تناسلی روی می‌دهد، درحالی‌که در پسران دچار تومورهای غدهی پینه‌آل، تکامل صفات ثانویه جنسی به تأخیر می‌افتد. علت این است که تومورهای اطراف غدهی پینه‌آل عملکرد آن را مهار می‌کنند.

درحالی‌که وقتی خود غده دچار تومور شده است، فعالیت آن بیشتر از حد عادی است و بنابراین رشد جنسی را به تأخیر می‌اندازد.

یکی از فیزیولوژیست‌های مشهور در آزمایشگاه نشان داده است که غدهی پینه‌آل یک ساعت بیولوژیک حساس است که با استفاده از ریتم روزانه‌ی انرژی عصبی، ترشح غدد درونریز را تحریک می‌کند . این فعالیت عصبی تحریک کننده توسط نور ایجاد می‌شود. او همچنین کشف کرده است که غدهی پینه‌آل هورمون ملاتونین تولید می‌کند، این هورمون در هیچ ارگان فیزیکی دیگری تولید نمی‌شود. ملاتونین علاوه بر تأثیراتش بر رنگدانه ملانین در پوست، در زنان باعث کاهش اندازه تخمدان‌ها و افزایش مدت سیکل قاعدگی ماهانه می‌شود. به‌طور کلی این هورمون عملکرد جنسی انسان را کاهش می‌دهد.

غدهی پینه‌آل فقط در هنگام تاریکی، هورمون ملاتونین تولید می‌کند، پس از گذشت شش ساعت از تاریکی اندازهی غدهی پینه‌آل افزایش می‌یابد و برای تولید ملاتونین فعال می‌شود. وقتی روشنایی دوباره پدیدار می‌شود تولید ملاتونین کاهش می‌یابد. این پدیده، مشابه عملکرد غدهی هیپوفیز است که هورمون آدرنوکورتیکوتروپ را حدودا بین ساعت سه تا شش صبح تولید می‌کند. این هورمون فعال کنندهی غدد آدرنال (فوق کلیوی) است. غدهی پینه‌آل که در دنیای مدرن، عملکرد خود را به عنوان یک ارگان حس‌گر نور از دست داده است، با دریافت نور توسط چشم‌ها کنترل می‌شود، به این ترتیب که چشم‌ها بر سیستم عصبی سمپاتیک تأثیر گذاشته، سیستم سمپاتیک هم به نوبه‌ی خود غدهی پینه‌آل را فعال یا غیرفعال می‌کند.

غدهی پینه‌آل ماده شیمیایی به نام سروتونین هم تولید می‌کند. این ماده در هنگام روشنایی تولید می‌شود . در شرایط روشنایی پایدار غدهی پینه‌آل تولید ملاتونین را متوقف می‌کند و به‌طور مداوم به تولید مقادیر بالای سروتونین می‌پردازد . از سوی دیگر در تاریکی پایدار تولید سروتونین ادامه می‌یابد. تولید این ماده شیمیایی هنگام روز در بالاترین حد و هنگام شب در پایین‌ترین حد است، حتی اگر محیط به‌طور مداوم تاریک باشد. همچنین مشخص شده است که برداشتن چشم‌ها یا قطع کردن سیستم سمپاتیک موش‌ها اثری مشابه قرار دادن آنها در تاریکی مداوم دارد.

به هر حال در این شرایط ریتم روزانه‌ی تولید سروتونین به‌طور طبیعی ادامه پیدا می‌کند.

چرخه روزانه‌ی روشنایی، در چرخه‌های فعالیت غدد بسیاری از حیوانات پست‌تر نیز نقش مهمی دارد. افزایش نور خورشید در فصل بهار باعث رشد غدد جنسی و آغاز چرخه‌ی تولید مثل و جفت‌گیری در بسیاری از پرندگان و پستاندارانی که تولید مثل سالانه دارند، می‌شود. چرخه‌ی روزانه‌ی روشنایی و تاریکی با انواع ریتم‌های روزانه‌ی پستانداران مانند چرخه‌ی ترشح هورمون‌های جنسیِ غدد فوق کلیوی هم‌زمانی دارد.

در قورباغه‌ها غدهی پینه‌آل ارگانی است که از سلول‌های ویژه چشم تشکیل یافته، این چشم سوم در قورباغه‌ها یک ارگان حس‌گر نور است. در استرالیا گونه‌ای از مار وجود دارد که نحوهی قرار گیری فلس‌های روی سر او نشان دهندهی یک چشم سوم است. با برداشتن فلس‌ها می‌توان یک چشم فیزیکی کامل را مشاهده کرد. هم‌چنین تحقیقات اولیه روی غدهی پینه‌آل نشان داده است که سلول‌های این غده ذاتاً سلول‌های چشمی بوده‌اند، با تکامل بشر چشم سوم عملکرد خود را به عنوان یک چشم فیزیکی از دست داده، مغز اطراف آن را فراگرفته و آنچه ما اکنون غدهی پینه‌آل می‌نامیم، بر جای مانده است.

انسان اولیه از لحاظ عقلانی پیشرفته نبوده، حیات او عمدتاً به غریزه و شهود وابسته بوده است، که هر دو از طریق چاکرای آجنا عمل می‌کنند. چاکرای آجنا با غدهی پینه‌آل و این غده با سیستم عصبی سمپاتیک در ارتباط است. اکثر اعمال انسان اولیه را سیستم عصبی سمپاتیک کنترل می‌کرده، زیرا سیستم عصبی مرکزی انسانِ اولیه (مغز و نخاع) به حد کافی تکامل یافته نبوده است. بنابراین زندگی انسان اولیه و عملکرد سیستم عصبی سمپاتیک او به‌طور عمده به پیامهای کالبد اختری وابسته بوده است . با تکامل بشر، سیستم عصبی سمپاتیک مهار شده و سیستم عصبی مرکزی به میزان قابل توجهی تکامل پیدا کرده است. به این ترتیب کالبد اختری نیز مهار شده، هر چند هنوز با ارسال پیام به پایانه فیزیکیِ چاکرای آجنا یعنی غدهی پینه‌آل در مغز به فعالیت خود ادامه می‌دهد.

انسان امروزی با این مغز تکامل یافته می‌تواند از دانش اختری سود ببرد. از آنجا که در انسان مدرن فرآیندهای عقلانی و فعالیت سیستم عصبی مرکزی غالب شده‌اند، فعالیت معنوی انسان دچار مشکل و نقصان شده است.

دانش کسب شده در سطوح فرامادی در مغز اختری یا ذهن پدیدار می‌شود و از طریق کالبد اختری به مغز فیزیکی می‌رسد. غدهی پینه‌آل با چاکرای آجنا ارتباط دارد وآجنا نیز به نوبه‌ی خود با کالبد ذهنی در ارتباط است. غدهی پینه‌آل به عنوان یک ارگان فیزیکی انتقال دهندهی افکار از یک مغز به مغز دیگر یا از سطح بالاتر به مغز فیزیکی عمل می‌کند . اما انسان اغلب از ماهیت این دانش یا نحوهی ارتباط با آن آگاهی ندارد، زیرا اکثر مردم از سطوح بالاتر، آگاهی ندارند و توانایی‌های معنوی آنها درگیر تحریکات و فرآیندهای ذهنی است. بسیاری از مردم نسبت به فرآیندهای سطح بالا حساسند، اما عدم آگاهی آنها ناشی از فقدان ارتباط با سیستم عصبی سمپاتیک است. ممکن است فردی در سطح اختری آگاه و فعال باشد، اما به علت عدم ارتباط بین سیستم‌های فیزیکی و اختری در آگاهی او وقفه وجود داشته باشد. هر چقدر که آگاهی در سطح اختری زنده و فعال باشد، نمی‌تواند خاطرهی تجربیات آگاهی برتر را به مغز فیزیکی انتقال دهد، مگر این‌که ارتباط‌های مذکور فعال باشند.

امواج مغزی و چشم سوم

بسیاری از متافیزیسین‌ها معتقدند که غدهی پینه‌آل و سیستم پیچیدهی عصبی مربوط به آن پس از مدت‌های طولانی تمرین مراقبه دچار تغییر عملی می‌شود. این موضوع توسط برخی از دانشمندان که روی فعالیت الکتریکی مغز تحقیق کرده‌اند، اثبات شده است . آنها دریافته‌اند که وقتی انسان در حالت بیداری و هوشیاری معمولی به سر می‌برد، امواج الکتریکی مغز که در این حالت امواج بتا نام دارند و توسط قشر مخ تولید می‌شوند، دارای طول موج کم و فرکانس زیاد هستند. وقتی فرد چشمانش را می‌بندد و ذهن او در حالت آرامش و در عین حال هوشیاری قرار دارد، تغییر ناگهانی در شکل امواج مغز به وجود می‌آید، طول موج امواج بیشتر شده، فرکانس آنها کاهش می‌یابد.

این امواج را امواج آلفا می‌نامند، که وجود آنها هم در دانشجویان مبتدی و هم در استادان متافیزیک نشان داده شده است.

دیده شده که مراقبه کنندگان با تجربه و استادان پیشرفته‌ی متافیزیک دارای یک موج مغزی دیگری به نام تتا می‌باشند، امواج تتا نسبت به امواج آلفا دارای طول موج بیشتر و فرکانس کمتر می‌باشند. نکته جالب توجه این است که این امواج تتا به‌طور طبیعی تنها در مبتلایان به بیماری صرع در زمان حمله‌های صرع ماژور دیده می‌شود. یک توضیح ممکن برای این موضوع این است که در زمان حمله‌های صرع، سطوح پایین سیستم عصبی کنترل کامل بدن را به‌دست می‌گیرد و ذهن برتر در حالت آرامش کامل به سر می‌برد. چنان‌که در حالت مراقبه عمیق اتفاق می‌افتد.

حالت مراقبه باعث تغییرات فیزیولوژیک دیگری نیز می‌شود که هم‌زمان با ثبت امواج مغزی بررسی می‌شود. در حالت آگاهی مراقبه‌ای با امواج مغزی آلفا، تعداد ضربان قلب، مصرف اکسیژن توسط سلول‌های بدن و دفع دیاکسید کربن کاهش می‌یابد، متابولیسم بدن آهسته‌تر می‌شود و فعالیت سیستم عصبی سمپاتیک نیز کاهش می‌یابد. کاهش سطح لاکتات خون به مراتب محسوس‌تر است. درحالی‌که سطح این ماده در خون افراد دچار تنش‌های عصبی و اضطراب به‌طور مشخص بالا است. در حالت مراقبه یعنی زمانی که مغز امواج آلفا ساطع می‌کند، فرآیندی مخالف با فعالیت سیستم ترشح کنندهی آدرنالین اتفاق می‌افتد. این فرآیند بدن را قادر می‌سازد که در حالتی آسوده‌تر و رهاتر عمل کند.

گروه دیگری از پژوهش‌گران پیرامون پدیده‌های روحی انسان مخصوصاً ارتباط بین ادراکات فراحسی و فعالیت امواج آلفا تحقیق کردهاند. در یک بررسی از تعداد زیادی افراد خواسته شد که حدس بزنند درون یک جعبه‌ی در بسته چه کارتی وجود دارد. با استفاده از تست‌های آماری مشخص شد، هنگامی که فرد چشمانش را می‌بندد و روی موضوعی تمرکز می‌کند امواج آلفای مغز او افزایش می‌یابد و کسانی که امواج آلفای بیشتری تولید می‌کردند، اغلب می‌توانستند کارتهای داخل جعبه را به درستی تشخیص دهند.

در مواردی که تولید امواج آلفا در حد پایین قرار داشت، (همان طور که در حالت طبیعی در بسیاری از مردم یا هنگام باز بودن چشم‌ها مشاهده می‌شود) حدس زدن کارتها تنها براساس شانس صورت می‌گرفت. افراد مورد آزمایش هم‌چنین وضعیت ذهنی خود را در هنگام فعالیت غالب امواج آلفا توصیف کردند، همه آنها اتفاق نظر داشتند که آن حالت رهایی ذهن و جدایی از اطراف، تجربه‌ای لذت بخش بود. هنگامی که افراد در این حالت چشمان خود را باز می‌کردند، می‌توانستند جدایی خود را از اشیاء محیط مشاهده کنند. افزایش توانایی‌های روحی در این شرایط با توانایی‌های فردی که چاکرای آجنای خود را فعال کرده و می‌تواند اشیاء دور را با چشم بصیرت ببیند، مطابقت دارد.

نوش داروی برخی بیماریهای دنیای مدرن، امواج مغزی آلفا است که بدن و ذهن را در وضعیتی آرام و آزاد قرار می‌دهد و با واکنش‌های ناهنجاری که از ابتدای خلقت انسان در جسم او رخ داده مقابله می‌کند. در دنیای مدرن زندگی انسان دیگر توسط حیوانات وحشی یا قبایل آدم خوار تهدید نمی‌شود، اما سیستم قدیمی ترشح کنندهی آدرنالین که بدن انسـان را در برابر چنان تهدیدهایی محافظت می‌کرده است، در برابر تهدیدهای مدرن نیز به همان روش قدیمی واکنش نشان می‌دهد. امروزه تهدیدهای زندگی انسان معمولاً به صورت ترس از بحران مالی یا از دست دادن موقعیت شغلی و یا مشکلات خانوادگی و امثال آن جلوه‌گر می‌شود. اگرچه این قبیل تنش‌های جامعه‌ی مدرن خطرات غیر واقعی هستند، ذهنِ نگران و مضطرب آنها را واقعی تلقی می‌کند. از آنجا که بحران‌های دنیای مدرن حد و مرزی ندارد و هرگز پایان نمی‌پذیرد، بدن بسیاری از مردم به‌طور مداوم نسبت به آنها واکنش نشان می‌دهد. این حالت تنش و اتلاف مداوم انرژی، منجر به بیماری‌های جسمی و روحی می‌شود. علاوه بر این بزرگ‌ترین مکانیسم دفاعی بدن انسان به دلیل استفادهی بیش از حد فرسوده می‌شود و به این ترتیب بسیاری از مردم خود را در مقابل خطرهای واقعی ناتوان می‌بینند. افزایش روزافزون تعداد قربانیان شوک ناشی از مواجهه‌ی ناگهانی با موقعیت‌های خطرناک واقعی تأیید کنندهی این مطلب است. برخی از پزشکان و دانشمندان معتقدند که مراقبه یکی از بهترین شیوه‌ها برای درمان این عارضه است. مراقبه باعث آرامش ذهن می‌شود و همواره با کاوش در زوایای روح انسان همراه است. همانطوری که گفته شد حد فیزیکی آجنا، غدهی پینه‌آل است که با مغز در ارتباط می‌باشد.

برخی از متافیزیسین‌ها معتقدند که غدهی پینه‌آل گیرنده و فرستندهی نوسان‌های نامحسوسی است که افکار و پدیده‌های روحی را در کیهان انتقال می‌دهد. غدهی پینه‌آل امواج مغزی را به امواج الکتریکی تبدیل می‌کند، که با سرعتی فوق العاده زیاد حرکت می‌کنند، این امواج در مغز انسان ذخیره می‌شوند. کسانی که دارای توانایی‌هایی مانند بینایی و شنوایی متافیزیکی هستند، این کار را از طریق همین امتیاز چاکرای آجنا یعنی تغییر ماهیت امواج آلفا انجام می‌دهند.

انسان مدرن، دارای تفکری منطقی است و ترجیح می‌دهد زندگی خود را براساس واقعیت‌های علمی پایه‌گذاری کند. امروزه بیشتر، واقعیت‌های علمی مورد پذیرش قرار می‌گیرند و تجربیات علمی ثابت کرده‌اند، بعضی از مردم که تفکر مراقبه‌ای دارند و امواج مغزی آنها به‌طور عمده از نوع آلفاست، می‌توانند وقایع را پیش‌بینی کنند و از وقایع درونی و بیرونی که خارج از دسترس حواس پنج‌گانه است آگاهی داشته باشند. این توانایی‌های روحی که بسیاری از مردم برای کسب آنها تلاش می‌کنند، ابتدایی‌ترین نشانه‌های قدم گذاشتن در مسیر معنویت هستند. اگرچه رهروان واقعی، داشتن این توانایی‌ها را انکار می‌کنند تا مبادا آشکار ساختن توانایی‌هایشان باعث زوال و شکست آنها شود. حقیقت این است که قدرت‌های درونی در همه‌ی ما وجود دارد، ما فقط باید برای بیدار کردن مراکز عالی مغز که با چاکرای آجنا در ارتباط هستند، تمرین کنیم تا بتوانیم راهی به سوی تجربه‌های جدید و روزنه‌ای به سوی نور و روشنایی بگشاییم.

نادی‌ها و چشم سوم

انسان چیزی بیشتر از توده‌های عصب، ماهیچه، استخوان و خون است. در بدن ما مراکز نامریی انرژی و مجاری متافیزیکی انرژی وجود دارند، که به ترتیب «چاکرا» و «نادی» گفته می‌شوند. نادی‌هاساختارهایی در بُعد ماورایی انسان می‌باشند که در حد واسط چاکراها و سیستم عصبی قرار گرفته‌اند. بدین معنی که انرژی‌های ماورایی ورودی به چاکراها، توسط نادی‌ها به گونه‌ای تغییر و تبدیل می‌یابد، تا بتواند به سیستم عصبی منتقل شود. در واقع نادی‌ها با تغییر طول موجو فرکانسِ انرژی‌های مذکور، آنها را به بُعد فیزیکی نزدیک می‌کنند، تا سیستم عصبی بتواند آنها را دریافت کند. به اعتقاد برخی از متافیزیسین‌ها در بدن انسان هفتاد و دو هزار نادی وجود دارد که چهارده‌تای آنها اصلی هستند.

مهم‌ترین نادی‌های بدن انسان، سه نادی «آیدا»، «پینگالا» و «ساشومنا» هستند. این سه نادی از انتهای ستون فقرات تا ساقه مغز امتداد دارند. ساشومنا در مرکز ستون فقرات مستقیماً به طرف بالا امتداد دارد. این نادی بر کانال مرکزی نخاع منطبق است. آیدا و پینگالا در اطراف نخاع در جهت‌های مخالف با هم تقاطع دارند و به همین حالت در هم تنیده شده، تا بـالاترین قسمت ستون فقرات ادامـه می‌یابند. در نقـاط تقاطع آیدا و پینگالا چـاکراهای اصلی قرار دارند. همه‌ی سیستم‌هـای روحی دارای جنبه‌های فیزیکی در جسم ما هستند، این نادی‌ها معادل‌های روحی سیستم‌های عصبی سمپاتیک و پاراسمپاتیک می‌باشند. این اعصاب فعالیت‌های غیرارادی کالبد فیزیکی مانند ضربان قلب، هضم غذا، ترشح غدد و حرکات دودی را کنترل می‌کند. به‌طور کلی سیستم پاراسمپاتیک بر این فعالیت‌ها اثر بازدارنده دارد و متابولیسم را کُند می‌کند. درحالی‌که سیستم سمپاتیک بر این فعالیت‌ها اثر تحریکی داشته، سرعت آنها را بالا می‌برد. به عبارت بهتر سمپاتیک در شرایط غیر طبیعی، در بحران‌ها و استرس‌ها، بدن را برای مقابله با آن بحران آماده می‌کند، در این حالت وضعیت بدن به گونه‌ای تغییر می‌کند، تا بتواند آن بحران را تحمل کند. بعد از برطرف شدن بحران پاراسمپاتیک بدن را به حالت عادی و معمولی برمی‌گرداند.

برای مثال در هنگام استرس با فعال شدن سمپاتیک ضربان قلب، سرعت تنفس، گردش خون و فعالیت سیستم عصبی افزایش می‌یابد. اما در همین حال فعالیت دستگاه گوارش از جمله حرکات معده و روده و ترشح بزاق کاهش پیدا می‌کند. نادی آیدا در ارتباط با سیستم عصبی پاراسمپاتیک عمل می‌کند و عملکرد نادی پینگالا در ارتباط با سیستم عصبی سمپاتیک

است. این سه نادی مهم از طریق سوراخ‌های بینی با تنفس (دم و بازدم) در ارتباط هستند. هنگامی که تنفس از طریق سوراخ سمت چپ بینی انجام می‌گیرد، نادی آیدا فعال است، در این حالت انسان برای کارهای فکری و ذهنی آمادگی دارد. وقتی نادی آیدا فعال‌تر است با کاهش سرعت متابولیسم، اثر سرد کننده بر بدن می‌گذارد. هنگامی که تنفس از طریق سوراخ سمت راست بینی انجام می‌گیرد نادی پینگالا فعال است، در این حالت انسان سرشار از نیروی فیزیکی است و برای فعالیت جسمانی آمادگی دارد. در این حالت با بالا رفتن متابولیسم، بر بدن اثر گرم کننده‌های اعمال می‌شود. پس پینگالا با جنبه‌ی فیزیکی و آیدا با جنبه‌ی ذهنی وجود انسان در ارتباط است. آیدا اثر خنک کننده و پینگالا اثر گرم کننده دارد.

خوابیدن به پهلوی راست سبب می‌شود که با تغییر تدریجی در وضعیت تنفس، مجرای سمت راست بینی تقریباً مسدود شده و تنفس از مجرای سمت چپ صورت گیرد. بدین‌ترتیب با تنفس از مجرای چپ، نیروهای ذهنی و ماورایی انسان تحریک و فعال می‌شود. خوابیدن به پهلوی چپ باعث شده که مجرای سمت چپ تقریباً مسدود شده و تنفس از مجرای راست انجام شود، در این حالت نیروهای فیزیکی و جسمی انسان تحریک و فعال می‌شود. به یاد بیاورید که انسان دارای دو بخش فیزیکی و متافیزیکی است که بخش ماورایی او بزرگ‌تر و مهم‌تر است و نیاز به توجه بیشتری دارد. پس خوابیدن به پهلوی راست با فعال کردن بخش ماورایی انسان، فواید و محاسن عدیده‌ای خواهد داشت. حتماً اطلاع دارید که در دین اسلام خوابیدن به پهلوی راست مستحب و خوابیدن به پهلوی چپ مکروه است. این دستور دینی دارای نکات ظریفی است که با یکی از موارد آن در بالا آشنا شدید .در اکثر افراد یک چرخه‌ی روزانه‌ی فعالیت متناوب آیدا و پینگالا وجود دارد و هر چرخه بین یک تا چهار ساعت ادامه دارد.

در افراد متعادل در طول شبانه‌روز جریانی برابر از هر دو برقرار است. تغییرات چرخه‌ی روزانه‌ی فعالیت متناوب آیدا و پینگالا به عملکرد جسمی، روانی و روحی مربوط است. در افراد بیمار یا دچار آشفتگی‌های ذهنی این سیستم به کلی فاقد تعادل است، در افراد عصبی و مضطرب سوراخ طرف راست بینی همیشه بازتر است، و در افراد به شدت افسرده در سوراخ طرف چپ بینی جریان هوای بیشتری برقرار است.ارتباط بین تنفس، ذهن و کالبد روحی توسط پیاز بویایی و سیستم لیمبیک در مغز که با غدهی پینه‌آل در ارتباط است، برقرار می‌شود. پیاز بویایی که ارگان مربوط به حس بویایی نیز است، حس می‌کند که در کدام سوراخ بینی جریان برقرار است و این اطلاعات ئرا به بقیه‌ی مغز نیز منتقل می‌کند. پیاز بویایی، ارگان بسیار پیچیده‌های با هزاران ارتباط عصبی است که با همه‌ی قسمت‌های سیستم عصبی در ارتباط می‌باشد و عصب شناسان هنوز نتوانسته‌اند کاربردی برای آنها بیابند. پیاز بویایی دارای دو لُب است که هر یک مستقیماً بالای یکی از دو مجرای بینی قرار دارد.

عنصر و رنگ چشم سوم

در مباحث هاله شناسی هر یک از چاکراهای اصلی با یک عنصر خاص در ارتباط بوده، نوساناتی با فرکانس‌های مشخص بروز می‌دهند، این فرکانس‌ها بسته به نوع چاکرا، یکی از رنگ‌های اصلی طیف هفت رنگ را در ذهن ما یادآور می‌شود. چشم سوم توسط عنصر نور کنترل می‌شود و رنگ آن نیلی است. نور دارای دو وجه فیزیکی و متافیزیکی است. وجه فیزیکی نور همان نور خورشید، سایر ستارگان و نورهای مصنوعی مانند نور لامپ می‌باشد. وجه متافیزیکی نور، خود نیز دارای مراتب و درجات مختلفی است. می‌توان گفت که نور در هر یک از بخش‌های هفت‌گانه جهان دارای نمود و تجلی خاص آن بخش می‌باشد.

تأثیرات رنگ نیلی مانند رنگ آبی اما تا حدی شدیدتر است. رنگ نیلی غدهی پاراتیروئید را تحریک کرده، غدهی تیروئید را مهار می‌کند. در نتیجه با تأثیرات نور نیلی بر غدهی تیروئید و مهار آن، تولید هورمون تیروکسین نیز کاهش یافته و این خود باعث کاهش متابولیسم و در نهایت کاهش تولید انرژی در سلول‌های بدن می‌شود .

رنگ نیلی در بهبود احتقان چشم‌ها، گوش‌ها، بینی، ریه و معده ارزشمند است. رنگ نیلی باعث کاهش خونریزی، التهاب، خشونت و تحریک پذیری می‌شود. هم‌چنین برخی معتقدند این رنگ در کار جن‌گیری مفید و با ارزش است. نور سفید و نور نیلی در درمان جن‌زدگی به‌کار می رود.

رنگ نیلی با غدهی هیپوفیز ارتباط دارد و بر سیستم عصبی تأثیر می‌گذارد. این رنگ باعث بازسازی سلول‌ها و التیام کالبد اثیری می‌شود . رنگ نیلی یا بنفش در هنگام شب برای خواباندن بچه‌ها مفید است و می‌تواند کابوس‌های شبانه و سردرد را بهبود بخشد.

رنگ نیلی روشن اغلب در مداوای شب ادراری کمک کننده است. این رنگ همچنین می‌تواند در این موارد مفید واقع شود: تسکین درد، ضعف بینایی، عدم تمرکز، اسهال، مشکلات ذهنی، تحریک پذیری روده‌ها، خستگی روحی، رهایی از الگوهای منفی، تحریک تنفس، ذاتالریه، برونشیت، آسم، تشنج کودکان، وسواس، ناراحتی‌های ذهنی و...

تعادل و عدم تعادل چشم سوم

اشخاصی که چشم سوم فعال، باز، متعادل و هماهنگ داشته باشند، از تمامی «عملکردها، فعالیت‌ها و وظایف» چشم سوم که در بحث‌های قبلی ذکر شد بهره‌مند خواهند گردید. این اشخاص همچنین دارای تجسم خلاق و قوهی تصور بسیار شگرف خواهند بود. چنین کسانی ممکن است به چیزهایی دسترسی داشته باشند که سایر مردم ندارند، یا قادر به دیدن رؤیاهایی صادقانه یا پدیده‌هایی از این دست باشند. اشخاصی که با چاکرای ششم، هماهنگ هستند جذاب و گیرا بوده، می‌توانند در طول زندگی خود تجربیات جالبی در سطوح مختلف داشته باشند. چنین افرادی آماده، مشتاق و قادر به دریافت رهنمودها، تجربه‌ی شعور کیهانی، تله‌پاتی و سفر اختری هستند.

اختلالات چشم سوم به صورت‌های انسداد، کاهش فعالیت، افزایش فعالیت، عدم تعادل و... بروز می‌نماید. هر یک از این اختلالات دارای عوارض و عواقب فیزیکی و متافیزیکی می‌باشد، که در ساختار و عملکرد جسم، روان و روح، خود را نشان می‌دهد.

نشانه‌های فیزیکی عدم تعادل چاکرای آجنا می‌تواند شامل سکته یا تومورهای مغزی، نابینایی، ناشنوایی، ضایعات نخاعی، اختلالات عصبی، تشنج و اشکال در یادگیری باشد.

وقتی چشم سوم دچار کاهش فعالیت و عدم تعادل باشد ممکن است فرد دچار فراموشی و یا وسواس مرضی شود، این شخص همچنین ممکن است به شدت خرافاتی شود، دچار حسادت شدید دربارهی دیگران و توانایی‌هایشان شود، به‌طور کلی دربارهی همه چیز از جمله خود و توانایی‌های خود مشکوک و بدبین گردد. چنین کسی در نظر دیگران بی‌جرأت، بی‌نظم و بیش از حد حساس به نظر می‌رسد.

از سوی دیگر هر گاه آجنا، فعالیت بیش از حد داشته باشد، شخص ناشکیبا، مضطرب و بسیار حساس می‌شود. حتی ممکن است گاهی به نظر برسد که چنین افرادی در دنیای دیگری به سر می‌برند و به محیط اطراف خود توجهی ندارند. سایر خصوصیات این افراد عبارت است از: خودپسندی، غرور، دغل‌کاری، تعصب، سلطه‌جویی، بی‌عاطفگی، خباثت، تنگ نظری، رفتار ناخوشایند و بی‌ادبانه، بد اخلاقی و تلخی و تحقیر دیگران.

وقتی چاکرای ششم دچار انسداد می‌شود، شخص ممکن است دچار کابوس‌های شبانه و سردردهای مداوم، ضعف بینایی، عدم تمرکز و حتی گاهی حمله‌های میگرن شود. اندوه و سوگواری یا مشکلات شخصی می‌تواند علت انسداد این چاکرا باشد. تحریک بیش از حد آجنا باعث ایجاد هرج و مرج، خراب‌کاری به جای کمک و انحصار طلبی می‌شود. تحریک کمتر از حد آن باعث ایجاد بی‌ثباتی، بُزدلی و درماندگی می‌گردد. کناره‌گیری از زندگی، شانه خالی کردن از زیر بار مسؤولیت، فراموشی، بی‌دقتی، تحمل ناپذیری، پرمدعایی و فخرفروشی، از جمله نشانه‌های تحریک کم چاکرای ششم می‌باشد.

هر چاکرا در حالت طبیعی در جهت عقربه‌های ساعت در حال چرخش است، اگر قسمت جلویی آجنا عکس حالت طبیعی بچرخد، باعث ایجاد تعبیرات مغشوش ذهنی یا برداشت‌های غیرحقیقی در مورد واقعیت‌ها می‌شود. چرخش سریع آجنا بر خلاف عقربه‌های ساعت، قابلیت آفرینش افکار قدرتمند منفی را به دنبال خواهد داشت. در صورتی که این قدرت با قدرت قسمت پشتی آجنا همراه گردد، می‌تواند باعث ایجاد فاجعه در زندگی انسان شود. به یاد داشته باشید که قدرت چشم سوم مانند آتش است؛ آتش زمانی دارای ارزش است که کنترل و مهار شده باشد.

ضعیف یا راکد بودن جریان انرژی در آجنا سبب متوقف شدن قدرت خلاقیت می‌گردد. بسته بودن قسمت پشتی آجنا باعث شکست در اجرای طرح‌ها و برنامه‌ها شده، یا حداقل اجرای آنها را به تأخیر می‌اندازد. این گونه افراد برای به ثمر نشاندن طرح‌هایشان باید تلاش فراوانی در مدت طولانی داشته باشند.

ریشه‌ی برخی از ترس‌های وجود ما، به اشکالات موجود در چاکرای آجنا برمی‌گردد، از جمله ترس از حقیقت، ترس از قضاوت واقع گرایانه و منطقی، ترس از اعتماد به مشورت با دیگران، ترس از انضباط و ترس از بُعد تاریک خویش. عدم تمایل به درون نگری و حفاری درون و تخلیه‌ی ترس‌های درونی نیز به چشم سوم مربوط است.

عوامل اثرگذار بر چشم سوم

عوامل زیادی از جنس طبیعی و یا فوق‌طبیعی می‌توانند بر چشم سوم اثر بگذارند. این اثرات می‌توانند مثبت یا منفی، دایم یا موقت، مطلق یا نسبی و کمّی یا کیفی باشند. مهم‌ترین عوامل اثر گذار بر چشم سوم عبارتند از:سن، جنسیت، سلامت و بیماريِ جسم، روان و روح، علم، ایمان، گناه و معصیت، عوامل محیطی مانند رنگ، نور، صوت و درجه حرارت، کار و شغل، موسیقی، دوست و همنشین، ارتباطاتِ فیزیکی، عاطفی و ذهنی، تنفس، ورزش، دودِ ماشین، کارخانجات، سیگار و مواد مخدر، مشروبات الکلی، آب شرب، خوراکی و میوه‌ها، افکار، اعمال و گفتار انسان، خواب و استراحت، سنگ‌ها و بلورها، جواهرات، فلزات، عطرها، روغن‌ها، استاد، مربی و معلم، ستارگان و سیاره‌ها، زمین و ماه، امور فردی، اخلاقیات، تحریکات ذهنی و عاطفی، امور هنری، تلقینات، مهم تر از همه آگاهی و عدم آگاهی و...

عوامل اثرگذار مثبت:

برخی عوامل بر چشم سوم اثرات مثبت داشته، باعث فعال‌سازی آن می‌شوند و یا باعث ایجاد تعادل در آن می‌گردند. برخی عوامل دیگر نیز بسته به شرایط و یا نحوهی استفاده می‌توانند اثرات مثبت بر آجنا اعمال کنند.

موسیقی می‌تواند تیغ دو لبه باشد و بر هاله و چاکراها تأثیرات مثبت و یا منفی بگذارد. موسیقی‌های آرام، موسیقی‌های سنتی و در کُل موسیقی‌هایی که با ریتم کیهان در هماهنگی‌اند، بر چاکراها و چشم سوم تأثیر مثبت می‌گذارند. آنچه نویسنده این کتاب به کرات آزمایش و

تجربه کرده است، تأثیرات مثبت موسیقی‌های سنتی اساتید بزرگ و خوانندگان اهل دل می‌باشد. برخی از آثار بتهوون و یانی نیز این تأثیرات را دارد. «ریچارد وبستر» در کتاب «هاله نورانی» به برخی از موسیقی‌هایی که این اثر را دارند، اشاره می‌کند.

نُت موسیقی «لا» نیز باعث تحریک آجنا می‌شود.

بلورها می‌توانند سبب برقراری تعادل در چاکراها شوند. بلورها قدرت زیادی برای جذب و انتقال سریع انرژی‌های مثبت و منفی دارند، همچنین در جذب و انتقال سریع احساسات نیز نقش دارند. پس هنگام استفاده از بلور باید دقت نمایید، که در محیط‌های دارای انرژی منفی و در کنار اشخاص با انرژی منفی قرار نگیرد، چون بلورها سریعاً انرژی منفی آنها را جذب کرده، به شما منتقل می‌کنند. در صورتی که از بلور برای برقراری تعادل در چاکراها استفاده می‌کنید، باید در زیر لباس و در تماس مستقیم با پوست بدن قرار گیرند. رنگ بلور عامل مهمی برای انتخاب آن با توجه به چاکرای مورد نظر می‌باشد. در این راستا بهتر است رنگ بلور با رنگ چاکرا متناسب باشد. «بلور شفاف کوارتز» معروف به دُرّ« کوهی » برای تمام چاکراها مفید است. برای چشم سوم علاوه بر کوارتز می‌توان از سنگ‌های لاجورد، یاقوت آبی، یاقوت ارغوانی، یاقوت کبود، چشم شاهین، سنگ ماه و یشم استفاده نمود. همچنین بلور فلوریت، سودالیت، سلینیت، آزوریت، سوگولیت و پریدوت از جمله بلورهای مفید برای چشم سوم می‌باشند.

آجنا با ستارهی زهره در ارتباط است، همچنین با فلز مس تحریک میشود. مس با متعادل کردن انرژی‌های چشم سوم، آرامش خاصی را در انسان ایجاد می‌کند.

استفاده از عطر در اسلام بسیار توصیه شده است. در سیرهی عملی پیامبر گرامی اسلام (ص) و ائمه اطهار علیهم‌السلام نیز دیده می‌شود، که به عطر علاقه‌ی فراوان داشته‌اند و از آن استفاده می‌نمودند. حضرت علی علیه‌السلام از بوی خوش با نام افسون یاد فرموده‌اند.

همچنین نبی مکرم اسلام (ص) بوی خوش را تقویت کنندهی قلب می‌دانند. حضرت امام صادق علیه‌السلام می‌فرمایند که: «رسول خدا برای عطر بیشتر از غذا خرج می کرد. » (ترجمه میزان الحکمه، ح۱۱۳۱۷ ، ۱۱۳۲۲ و ۱۱۳۲۱)

حاج میرزا جواد آقا ملکی تبریزی در کتاب «اسرار الصلوه» می‌فرمایند: « ... فضیلتی که برای بوی خوش بیان شده به‌خاطر شرافت عقل است زیرا عطر مغز را تقویت می‌کند و آن را از فساد حفظ می‌نماید... » (ص ۱۱۱). در بین مواد معطر، عود تأثیر مثبت بر آجنا دارد. سایر ترکیبات مفید برای فعال سازی آجنا شامل ریحان، چوب سدر، کافور و اُکالیپتوس می‌باشد.

در بین مواد غذایی نیز، خوراکی‌هایی به رنگ نیلی مانند انگور سیاه، آلوسیاه و شاه توت مفید است. همچنین مصرف آبی که به مدت چهار ساعت در لیوان نیلی رنگ در معرض آفتاب بوده و یا مصرف آبی که به مدت چهار ساعت از پشت شیشه نیلی رنگ نور آفتاب به آن تابیده، مفید و مؤثر است.

ریاضت هایی چون کم خوردن و نخوردن، کم خوابیدن و نخوابیدن، کم حرفزدن و سکوت و خلوت و تنهایی نیز اثرات بسیار خوبی بر تحریک و فعال سازی آجنا دارند، مشروط بر این‌که این عوامل را به خوبی شناخته و زیر نظر استاد عمل شود. مشروح موارد مذکور در فصل «متافیزیک و پرورش نیروهای درون» از کتاب «رخنه در اسرار متافیزیک»

(اثر دیگر همین نویسنده) آمده است. این عبارت زیبا را به‌خاطر بسپارید: بخورید تا زنده بمانید نه زنده بمانید تا بخورید.

عبادات از جمله قرائت قرآن، تفکّر و تدبّر در آیات قرآن، نماز و به‌خصوص نماز شب، ذکر و گریه کردن به بهانه‌های معنوی نیز تأثیرات خوبی بر چشم دل می‌گذارند. پیامبر گرامی اسلام (ص) نماز را نور دیدهی خود معرفی می‌نمایند: خداوند« جلّ ثناؤه نور دیدهٔ مرا در نماز قرار داد و نماز را محبوب من گردانید، همچنان که غذا را محبوب گرسنه و آب را محبوب تشنه. گرسنه هرگاه غذا بخورد سیر می‌شود و تشنه هرگاه آب بنوشد سیراب می‌شود، اما من از نماز سیر نمی‌شوم . » (ترجمه میزان الحکمه، ح ۱۰۵۳۵)

قرآن کریم به تعبیر برخی بزرگان، بزرگ‌ترین نسخه‌ی نجات دهندهی بشر از جمیع قیودی که بر پای و دست و قلب و عقل او پیچیده است، می‌باشد. بزرگان هم‌چنین قرآن کریم را کتاب تحرّک از طبیعت به غیب و تحرّک از مادیّت به معنویّت می‌دانند. بزرگان معنوی قرآن کریم را مرکز همه‌ی عرفان‌ها و مبداء همه‌ی معرفت‌ها می‌دانند و معتقدند که اگر قرآن نبود باب معرفت الله، الی‌الابد بسته می‌بود. در بیان زیبایی از اهل نظر آمده است: «بدان که این کتاب شریف چنانچه خود بدان تصریح فرموده کتاب هدایت و راهنمای سلوک انسانیت و مربّی نفوس و شفای امراض قلبیه و نوربخش سیر الی الله است . » (قرآن باب معرفت الله، ص۱۰، ص ۲۰، ص ۳۳ و ص ۴۹)

قرائت قرآن کریم و گوش سپردن به تلاوت آیات این لطیفه‌ی الهی از بهترین و عالی‌ترین و مطمئن‌ترین عواملی است که بر چشم دل اثرات مثبت فراوان اعمال می‌کند. در کتاب «قرآن باب معرفت الله » چنین نقل شده است: «و چون شخص قاری مقصد را یافت در تحصیل آن بینا شود و راه استفاده از قرآن شریف بر او گشوده و ابواب رحمت حق بر او مفتوح گردد و عمر کوتاه عزیز خود و سرمایه تحصیل سعادت خویش را صرف در اموری که مقصود به رسالت نیست نکند و از فضول بحث و کلام در چنین امر مهمی خودداری کند و چون مدتی چشم دل را بر این مقصود افکند و از دیگر امور صرف نظر کرد چشم دل بینا گردد و حدید شود و تفکر در قرآن برای نفس عادی شود و طریق استفاده باز گردد و ابوابی بر او مفتوح شود که تا کنون نبوده و مطالب و معارفی از قرآن استفاده کند که تا کنون به هیچ وجه نمی‌کرد، آن وقت شفا بودن قرآن را برای امراض قلبیه می‌فهد.» (قرآن باب معرفت الله، ص ۷۸) صد چو عالم در نظر پیدا کند / چون که چشمت را به خود بینا کند تدبّر و تفکّر در آیات قرآن کریم نیز بهترین اثرات مثبت را بر چشم دل اعمال می‌نماید. چنانچه از حضرت امام صادق علیه‌السلام نقل شده است که فرمودند: «این قرآن راهنمای هدایت و چراغ شب تاریک است، پس جولان دهد صاحبنظر چشم خود را در آن و بگشاید نظر خود را برای استفاده از نور آن، زیرا که تفکّر در آن زندگانیِ دلِ بیننده است، چنانچه در ظلمات و تاریکی‌ها به نور استعانت کنند، در ظلمات جهل و تاریکی‌های ضلالت به نور هدایت قرآن باید هدایت جست.» (قرآن باب معرفت الله، ص ۶۵) سجده‌های طولانی نیز اثرات بسیار خوبی بر تحریک و متعادل نمودن چشم دل می‌گذارد.

برای این منظور انسان باید به دستوراتی که پیرامون ظاهر و باطن سجده آمده آگاه باشد و آنها را رعایت نماید. برای اثرگذاری بهتر سجده به این موارد توجه فرمایید: از مهر بزرگ (حدوداً به اندازهی کف دست) استفاده نمایید، مهر تربت باشد، هنگام سجده توجه و تمرکز بر پیشانی باشد، هر دو چشم (سمت نگاه) به نوک بینی باشد، فقط هفت موضع (پیشانی، کف دو دست، دو زانو، دو انگشت شصت پا) بر زمین باشد، (از انداختن شکم، سینه، ساعد دست‌ها و سایر قسمت‌های بدن بر روی زمین خودداری شود)، در بانوان دست‌ها به بدن چسبیده باشد، در آقایان دست‌ها از بدن جدا باشد، در سجده از ذکر یونسیه استفاده شود، سجده به نیّت رضای حق‌تعالی باشد. در شروع، سجده‌ها کوتاه مدت بوده، سپس به تدریج بر زمانآن افزوده شود. ترجیحاً بین الطلوعین (فاصله‌ی اذان صبح تا طلوع آفتاب) را برای سجده در نظر بگیرید. توجه فرمایید این سجده غیر از سجده نماز می‌باشد.

حاج میرزا جواد آقا ملکی تبریزی می‌فرمایند: « مرا شیخی بود جلیل‌القدر، عارف، کامل، قدس‌الله تربته که نظیر او در این مراتب کسی را ندیدم، از او از عملی که در اصلاح دل، و جلب معارف مؤثر باشد و به تجربه هم اثر آن ثابت شده باشد سؤال نمودم، او گفت عملی مؤثرتر از این دو که می‌گویم ندیدم، یکی مداومت بر سجدة طولانی در هر شب و روز یک مرتبه، که در آن گفته شود: لااله الا انت سبحانک انی کنت من الظالمین، این ذکر را بر زبان آورد در حالیکه خود را در زندان طبیعت زندانی بیند، و قید و بند اخلاق رذیله را بر خود مشاهده کند، و با این حقیقت که او خود این قید و بند را برای خود فراهم آورده و در این زندان خود را محبوس نموده اعتراف کند و خود را نسبت به خود ظالم و ستمکار بداند نه خدا را، و دیگر صد مرتبه قرائت سورة قدر در هر شب جمعه و عصر جمعه... » (اسرار الصلوه، ص ۴۲۸ و ۴۲۹)

گریستن از ترس خدا، از اهم سفارشات بزرگان دینی است که برای آن ثواب فراوان وعده داده شده است. پیامبر گرامی اسلام (ص) به حضرت علی علیه‌السلام سفارش فرمودند که: «در برابر هر قطره اشکی که می‌ریزی خانه‌ای در بهشت برای تو ساخته می‌شود.» ایشان هم‌چنین در خطبه‌ی حجه‌الوداع فرمودند: « هرکس چشمانش از ترس خدا اشک ریزد برای هر قطره اشک او به اندازه کوه احد در ترازوی اعمالش پاداش نهند».

حضرت علی علیه‌السلام نیز در این باب می‌فرمایند: « گریستن از ترس خدا دل را نورانی می‌کند و از خو گرفتن به گناه مصون می‌دارد.» حضرت امام سجاد علیه‌السلام قطرهی اشک را با قطرهی خونی که در راه خدا ریخته شود کنار هم قرار داده و آنها را محبوب‌ترین چیزها می‌شمارد. (ترجمه میزان الحکمه، ح۱۸۲۹، ح۱۸۳۱، ح۱۸۳۷ و ح۱۸۳۹)

همنشین و دوست نیز می‌تواند بر چشم سوم اثرات مثبت یا منفی بگذارد. شاید به همین دلیل باشد که در دین نیز به این مقوله توجه فراوان شده و بزرگان دینی تاکید بر همنشینی با مؤمنان، فرزانگان و دانشمندان را دارند. حضرت علی علیه‌السلام می‌فرمایند: «همنشینی با فرزانگان خردها را زنده می‌کند و جانها را شفا می‌بخشد.» ایشان همچنین می‌فرمایند: «با فرزانگان همنشینی کن تا خردت کمال یابد و شرافت نفس یابی و نادانی از تو رخت بربندد.» این کلام زیبا نیز از این امام بزرگوار می‌باشد: «با دانشمندان بنشین تا بر دانشت افزوده گردد، تربیت و ادبت نیکو شود و روانت پاکیزگی گیرد.» (ترجمه میزان الحکمه، ح۲۴۱۲، ح۲۴۱۰ و ح۲۴۰۹)

عوامل اثرگذار منفی:

عوامل مختلفی بر هاله، چاکراها و به خصوص چشم سوم تأثیرات منفی اعمال می‌کنند. خستگی و کوفتگی، زیادهروی در میل و عمل جنسی، زیادهروی در خوردن به خصوص خوردن گوشت، زیادهروی در خوابیدن به خصوص در سحرگاهان، زیادهروی در صحبت کردن به خصوص صحبت‌های لغو از جمله عواملی‌اند که بر چشم سوم تأثیر منفی می‌گذارند. همچنین تفکرات منفی و منحرف، احساسات منفی و منحرف، عدم تعادل در احساسات، رفتارهای منفی یا منحرف، عدم تعادل در رفتارها، قطع رابطه‌ی احساسی با دیگر افراد، گسستگی رابطه با طبیعت و گسستگی رابطه‌ی احساسی با خالق یکتا نیز تأثیرات منفی بر چشم سوم می‌گذارد.

زنگ خودبینی زقلبت دور کن / چشم دل از حرف حق پر نور کن امروزه مشخص شده است افرادی که تمایلات جنسی بالایی دارند، در فعال کردن چشم سوم و حفظ این توانایی با مشکلات بیشتری روبه‌رو هستند. این واقعیت که رهروان معنویت به خوبی به آن پی‌بردهاند، با کشفیات اخیر دربارهی اثر غدهی پینه‌آل در تنظیم فعالیت‌های جنسی هماهنگی دارد.

فعال سازی چشم سوم

اکثر کسانی که روی چشم سوم کار می‌کنند و آن را فعال می‌نمایند، دید تازهای نسبت به زندگی پیدا می‌کنند. کسانی که با این چاکرا هماهنگ شده باشند، بر خود تسلط پیدا می‌کنند و منشاء انرژی معنوی، شهود، خرد، ادراک و زیرکی قابل توجهی خواهند شد.

به خاطر بسپارید که فعال سازی چشم سوم، یک شبه محقق نمی‌شود، بلکه این روند به سال‌ها وقت، صبر، حوصله و همت فراوان احتیاج دارد. گاهی اوقات باز شدن کامل آجنا ممکن است تا چهل سال طول بکشد. فعال شدن چشم سوم یک روند تدریجی است. چشم سوم بسته مانند یک سد می‌ماند که باید ابتدا در آن یک روزنه‌ی کوچک ایجاد کرد، سپس این روزنه را به یک سوراخ تبدیل نمود، بعد از آن این سوراخ را بزرگ کرد، آنگاه با توسعه سوراخ یک سوراخ قطور به وجود آورد و در نهایت این سوراخ عظیم در این سد می‌تواند به تخریب کامل سد منتهی گردد.

بدیهی است ترک محرمات و مکروهات و عمل نمودن به واجبات و مستحبات، اثرات مثبتی را بر چشم دل اعمال کرده، موجب تحریک و فعال نمودن آن می‌شود، مشروط برآن‌که به ظاهر و باطن اعمال مذکور توجه گردد.

چشم سوم در بدو تولد در نوزادان باز و فعال است ولی به تدریج بسته و غیر فعال می‌شود. ظاهراً روند بسته شدن آجنا همزمان با بسته شدن ملاج سر اتفاق می‌افتد . البته این بسته شدن به صورت کامل و مطلق نمی‌باشد. علت اصلی این انسداد تعلّقات دنیایی می‌باشد، که در کودکان به گونه‌ای و در بزرگسالان به گونه‌ای دیگر جلوه می‌کند. در عدهی کمی از کودکان، چشم سوم، همچنان تا سنین بالا باز می‌ماند.

خانم‌ها به نسبت آقایان به مسایل معنوی و امور ماورایی علاقه‌ی بیشتری نشان می‌دهند. هم‌چنین فعالیت چشم سوم به‌طور کلی در خانم‌ها بیشتر از آقایان می‌باشد. خانم‌هایی که تمرین‌های فعال سازی آجنا را انجام می‌دهند، خیلی سریع‌تر از آقایانی که همان تمرین‌ها را انجام می‌دهند، به نتیجه می‌رسند. این پدیده طی سال‌های زیاد تدریس

نویسنده این کتاب در کلاسهای تئوری و عملی نیز تجربه شده است. به نظر می‌رسد که چشم سوم در بیشتر زنان هنگام زایمان طبیعی به صورت موقت باز می‌شود.

در روند فعال سازی چشم سوم ممکن است در تماس با آگاهی ذهنی، نور جلوه‌گر شود. این نور ابتدا به صورت دایره‌ای و گاهی مانند شعله شمع دیده می‌شود. ظهور این نور در چاکرای آجنا، نشانه‌ی پیشرفت یک رهرو در مسیر اوست. مردم اغلب احساس نور در چاکرای آجنا را با عبارات مختلفی تعبیر می‌کنند . نور اصلی و واقعی در مرحله‌ی سامادهی رؤیت می‌شود. سامادهی بالاترین مرحله‌ی روحی است، در این مرتبه هیچ آغاز یا پایانی وجود ندارد و آنچه هست، حقیقت، آگاهی و سعادت بی‌پایان می‌باشد. نورِ آجنا، تجربه‌ای است که آغاز حیات معنوی را نشان می‌دهد، اما نور سامادهی تجربه‌ای بی‌بازگشت می‌باشد. هنگامی که نور آجنا پدیدار می‌گردد، توصیه می‌شود که به تمرین‌های مراقبه‌ای پرداخته، آگاهی روی چشم سوم متمرکز گردد، تا این‌که آگاهی با نور آمیخته شود.

وقتی نور آجنا بیدار می‌شود، درخششی فزآینده پیدا می‌کند، تا حدی که درخششی برابر با هزاران خورشید می‌یابد. نور سفید چاکرای آجنا بی‌نهایت قدرتمند است. انسان می‌تواند با قدرت اراده، آگاهی خود را به جاهای دور بفرستد و اطلاعاتی کسب کند . به واسطه‌ی همین نور الهی است که جویندگان معنویت نسبت به خدای خود بصیرت پیدا می‌کنند . حضرت امام صادق علیه‌السلام می‌فرمایند: «نور را جستم، آن را در گریه و سجده یافتم.» نورِ نورِ چشم، خود نورِ دل است / نور چشم از نور دل‌ها، حاصل است باز نورِ نور دل، نور خداست / کو زرنگ و عقل و حس، پاک و جداست « در کتاب ـ اثبات الوصیه مسعودی ـ خطبه‌ای از امیرالمؤمنین علیه‌السلام نقل شده که قسمتی از آن، این است: ای خداوندی که سبحان و پاکی، کدام چشم توانایی مشاهده روشنائی نورت را دارد و صعود به سوی نور تابناک قدرتت را می‌یابد و کدام فهم و درک را چه امکانی است جز چشمانی که تو خود از آنها پرده‌برداری فرمودهای و حجاب‌های کوری را از آنها برگرفته‌ای؛ پس ارواح آنها در حال صعود به اطراف بالهای آن ارواح هستند؛ پس آنها تو را در ارکان وجودت می‌خوانند و در انوار عظمتت فرورفته‌اند و از این عالم خاکی بالا آمده و به کبریای تو نگریسته‌اند... » (طریق عرفان، ص۱۳۵) گر نکشم به چشم تو، نور زکحل خویشتن / چشم تو درک کی کند، حضرت کبریای من با بیدار کردن چاکرای آجنا، می‌توان شکل واقعی کالبد اختری را درک کرد.

با مراقبه روی چشم سوم می‌توان قدرت به‌دست آوردن همه‌ی خواسته‌ها را کسب نمود، چون فرمانی که از آجنا صادر شود، باید به اجرا درآید، به همین دلیل است که این چاکرا را آجنا به معنی «دستور» نامیده‌اند.

نوری که ضمن مراقبه از چاکرای آجنا ساطع می‌شود، از نیروی ذهن منشاء می‌گیرد و از طریق آجنا متمرکز می‌شود. خواسته‌های ذهن از طریق آجنا عمل می‌کنند، بنابراین کسانی که با بیدار کردن آجنا، این گذرگاه را گشوده‌اند، انسان‌های بزرگی هستند که می‌توانند کارهای بزرگ انجام دهند. آجنا مجرای قدرت اراده انسان است. از این مجرا می‌توان دعای خیر خود را نثار بشریت کرد و پیام‌هایی برای اهداف خیرخواهانه و برقراری صلح در جهان فرستاد.

پس آجنای فعال مجرایی برای عملکرد اراده در جهان می‌سازد، این قدرت می‌تواند به دو گونه سازنده یا مخرب به کار گرفته شود. فرم مخرب آن همان جادوی سیاه است، که افراد شیطانی از آن استفاده می‌کنند.

با آرامش و تحمل سختی‌ها، با قدرت ریاضت و با کار سخت می‌توان چشم سوم را بیدار کرد و سطوح و ابعاد جدیدی از آگاهی را در برابر خود گشود. توجه نمایید که ریاضات به دو نوع شرعی و باطله تقسیم می‌شوند. ریاضات شرعی آنهایی است که با فرهنگ اسلامی سازگار بوده و عرفای شیعی نیز بدان عمل می‌نمودهاند. ریاضات باطله با احکام شریعت تضاد داشته و از طرف بزرگان دینی مردود شمرده شدهاند.

کتاب «رساله الولایه» دست برداشتن از ریاضت‌های شرعی و روی آوردن به ریاضت‌های سختِ غیرشرعی را یک نوع فرار از سخت‌تر به آسان‌تر می‌داند. در این کتاب آمده است که‌تبعیّت و فرمان‌برداری از شرع، نفس کُشی دایمی و تدریجی است و مادام که نفس موجود باشد، ریاضت‌های شرعی نیز باید انجام گیرد . اما ریاضت‌های سختِ غیرشرعی، قتل دفعی و غیر تدریجی نفس به شمار می‌آید و برای همین این ریاضت‌های سختِ غیرشرعی در اصل آسان‌تر و کم‌ایثارتر است. (طریق عرفان، ص۸۰) تا چشم بر ندوزی از آنچه در جهان است / در چشم دل نیاید چیزی که مغز جان است هنگامی که دست‌هایتان را در برابر چشم‌هایتان نگه می‌دارید یا به سادگی چشم‌هایتان را می‌بندید و از ناحیه اطراف مرکز پیشانی آگاه می‌شوید، جرقه‌هایی از نور مانند چشمک زدن ستارگان می‌بینید، یا شاید نوری سفید و ضرباندار یا حلقه‌ای از نور رنگین ببینید. همان طور که در حالت خواب، رؤیا می‌بینید در حالت مراقبه نیز می‌توانید به چنین بصیرتی دست پیدا کنید.

گاهی شگفت انگیزترین اشعار، ناگهان در ذهن جاری می‌شود یا وقتی که روی مسئله‌ای به‌طور مداوم کار می‌کنید تا کاملاً خسته می‌شوید و عقب نشینی می‌کنید، در یک چشم برهم زدن راه حل مانند جرقه‌ای خورشیدسان در ذهن شما پدیدار می‌شود. همه‌ی این پدیده‌ها مربوط به فعالیت نامحسوس ذهن در سطح ناخودآگاه است. ارتباط بین ضمیر آگاه و این گونه پدیده‌ها از طریق آجنا برقرار می‌شود.

تکنیک‌های فعال‌سازی چشم سوم

فعال نمودن آجنا به علم، آگاهی و ظرفیت احتیاج دارد. بدیهی است که فعال شدن چشم سوم قبل از حصول این موارد، می‌تواند فاجعه ایجاد کند. برخی از جویندگان و طالبان به دنبال شیوه‌های فوری و آنی برای فعال سازی چشم سوم می‌باشند . اینان غافل‌اند که در صورت دستیابی به این شیوه‌ها، بزرگ‌ترین ضررها و آسیب‌ها را به خود وارد خواهند نمود.

انجام تمرین‌های منظم و مستمر، زیر نظر مربی آگاه و ورزیده، می‌تواند آجنا را بیدار نماید. دقت نمایید انجام تمرین بدون داشتن و نظارت مربی عالم و عامل، تبعات و مشکلات فراوان به دنبال خواهد داشت. با عنایت به موارد مذکور، در ادامه بحث به بعضی از تمرین‌های مفید برای تحریک آجنا اشاره می‌گردد:

- شست و شوی حفرات و سینوس‌های بینی که باید زیر نظر استاد و طبق اصول خاصی انجام گردد. این عمل باعث تحریک اعصاب اطراف آجنا می‌شود. سینوس‌ها و سلامت آنها با عملکرد چشم سوم ارتباط دارد.

- تنفس سایشی که باید در حضور استاد انجام شود. در این حالت انتهای گلو و کام نرم توسط هوای دم و بازدم به ارتعاش درمی‌آید و این خود باعث ارتعاش غدهی صنوبری و غدهی هیپوفیز می‌گردد. در تنفس سایشی با تنگ کردن مجرای حلق، دم و بازدم انجام می‌شود، به‌طوری که هوا به سختی وارد و خارج شده و ضمن ایجاد صدا، دیوارهی حلق را به ارتعاش درمی‌آورد. این حالت مانند خرخر کردن در خواب می‌باشد و در افرادی که خوابشان سنگین است دیده می‌شود . در تنفس سایشی دم از طریق بینی و بازدم از راه دهان انجام می‌شود. این تمرین بسیار حساس و خطرناک است.
- ماساژ دادن و ضربه زدن به پیشانی در حالت آرامش و خلسه باعث تحریک چشم سوم می‌شود. این کار باید با توجه و تمرکز کامل صورت گیرد. با عنایت به ارتباط کالبد فیزیکی با کالبد اثیری، اثرات ماساژ و ضربه بر پیشانی به چشم سوم منتقل می‌شود . این تمرین ابتدا به صورت فیزیکی و سپس به شکل ذهنی انجام می‌شود.

- حرکت کره چشم به سمت بالا، پایین، چپ و راست به صورت فیزیکی و ذهنی بر تحریک آجنا مؤثر است. این تمرین نیز در حالت آرامش و خلسه با تمرکز آگاهی کامل انجام می‌شود .

- بالا کشیدن پلک‌ها، ابروها و پوست پیشانی به صورت فیزیکی و ذهنی، در حالت آرامش و خلسه، با توجه و تمرکز نیز تمرین دیگر می‌باشد.

- برداشتن پردهی خیالی از جلوی چشمان در حالت مراقبه که به صورت تجسم در ذهن صورت می‌گیرد، هم بر فعال سازی آجنا مؤثر است.

- تجسم یک نقطه بر پیشانی، تبدیل آن به یک دایرهی کوچک و سپس بزرگ نمودن این دایره تا زمانی که تبدیل به یک دایره با قطر حدود بیست سانتی‌متر شود، هم به عنوان یک تمرین توصیه می‌گردد. این تمرین نیز در حالت آرامش و خلسه انجام می‌شود.

- پالایش بیرونی و درونی هم برای تحریک آجنا لازم و ضروری است. پالایش بیرونی به معنای حذف وسایل و چیزهای زاید و اضافی از محیط کار و سکونت می‌باشد. پالایش درونی نیز به معنای حذف افکار زاید و اضافی از مغز و ذهن است.

- ذکر گفتن به خصوص در حالت‌های خاص، برای مثال ذکر گفتن در حال سجده و یا ذکر گفتن در حال مراقبه بسیار مفید و مؤثر است. آرام بودن جسم ذهن، تمرکز داشتن بر آجنا و انتخاب ذکر مناسب از جمله عوامل مهم در این شیوه است . لااله‌الاالله یکی از بهترین ذکرها برای این کار می‌باشد و در منابع دینی نیز توصیه شده است.

- سجده با آگاهی کامل به آداب ظاهری و باطنی آن و رعایت این آداب، بر فعال شدن چشم دل اثرات بسیار خوبی دارد. در سجده می‌توان همان ذکر معروف سجدهی نماز و یا ذکر یونسیه (لا اله الا انت سبحانک انی کنت من الظالمین) را تکرار نمود.

- گریه کردن به خصوص به بهانه‌ها و نیّات معنوی بر چشم سوم اثرات بسیار عالی می‌گذارد. می‌توان ذکر، سجده و گریه را با هم توأم نمود. این ترکیب یکی از بهترین و قوی‌ترین تمرین‌های مؤثر بر چشم سوم می‌باشد.

- تجسم آسمان در شب در حالت مراقبه و یا مراقبه‌ی دیداری بر آسمان و قرص کامل ماه در شب نیز از جمله تمرین‌های مفید است. همچنین تجسم چاکرای شمارهی شش به صورت ایده‌آل و مراقبه بر آن نیز مؤثر می‌باشد. در این حالت باید فرم، اندازه، رنگ و چرخش این چاکرا به صورت طبیعی و ایده‌آل تجسم گردد.

- تجسم نهری از نور طلایی که از ناحیه‌ی پسین لگن به سمت نخاع و مغز می‌آید و نهری از نور صورتی که از ناحیه‌ی پیشین لگن به سمت نخاع و مغز در حرکت است، به‌طوری که این دو نهر در بالا به هم‌دیگر رسیده، به صورت قوس یکدیگر را قطع می‌کنند. این تمرین نیز باید در حالت مراقبه انجام شود.

- صرف مراقبه بر چشم سوم نیز مفید است. در این حالت سطح آگاهی تا منطقه‌ی چشم سوم گسترش می‌یابد. برای این منظور پس از آرام نمودن جسم و ذهن، چشم‌ها را بسته، در این حالت به‌طور طبیعی در مرکز چشم سوم قرار می‌گیرید، به شرط آن‌که توجه‌تان فقط بر تاریکی پشت چشم‌ها باشد.

- برای فعال سازی آجنا می‌توان طالب را به حالت خلسه فروبرد و پیشانی بر پیشانی او گذاشت . (چشم سوم استاد بر روی چشم سوم سوژه قرار می‌گیرد)، در این حالت با ارسال مستقیم انرژی از آجنای خود به آجنای سوژه، به فعال سازی چشم سوم کمک می‌شود. برای این تکنیک سوژه روی تخت یا روی زمین در جهت شمال ـ جنوب دراز کشیده و استاد به گونه‌ای بالای سر وی می‌نشیند، که به راحتی بتواند پیشانی بر پیشانی او بگذارد.

- درخواست هدایت و کمک از فرشتگان نیز یک راهکار بسیار مناسب برای کسب آگاهی در مورد چشم سوم و فعال کردن آن می باشد.

بدیهی است موارد مذکور فقط لیستی از تمرین‌های چشم سوم می‌باشد، و هر یک از موارد فوق برای اجرا به دستورالعمل خاص اجرایی احتیاج دارد. «باربارا برنن» در کتاب معروف خود (هاله درمانی با دستان شفابخش) نیز تمرین‌هایی برای این منظور ارائه کرده است . «لوبسانگ رامپا» در کتاب چشم سوم از شیوه‌های فیزیکی خشن برای باز کردن چشم سوم که برای وی اتفاق افتاده است، یاد می‌کند.

در کتاب تفسیر نمونه آمده است که: «ایمان و عمل صالح چشم دل را بینا می‌کند.» (تفسیر نمونه، ج۲۰، ص۱۴۱). در تفسیر المیزان نیز آمده است که: « آن مانعی که میان مردم و خدا حائل شده همانا تیرگی گناهان است که مرتکب شده‌اند و این تیرگی‌ها است که دیده دل‌های ایشان را پوشانده و نمی‌گذارد که به مشاهده پروردگار خود تشرف یابند، پس معلوم می‌شود که اگر گناهان نباشد جانها خدا را می‌بیند نه چشم‌ها. » (ترجمه المیزان، ج۸، ص۳۰۸)

مراقبه‌ی چشم سوم

بهتر است این تمرین را زمانی انجام دهید که بتوانید به مدت ۳۰ تا ۶۰ دقیقه تنها باشید . یا اگر این تمرین را به صورت گروهی انجام می‌دهید، باید همه ساکت باشند . در مکان تمرین نباید منبعی از نور وجود داشته باشد. البته شما می‌توانید یک شمع روشن در اتاق داشته باشید، به شرط آن‌که در پشت سر شما قرار گیرد و مزاحم شما نباشد.

روی یک صندلی راحت بنشینید و در حالت آرامش قرار بگیرید. می‌توانید در حین تمرین از موسیقی دلخواه خود استفاده کنید، البته موسیقی باید ملایم و آرام بخش باشد، مانند صدای فلوت یا اصوات طبیعت. اگر با استفاده از بخور ملایم احساس بهتری پیدا می‌کنید، این کار را انجام دهید.

با تمرکز بر دید چشم سوم خود، به تصویری نگاه کنید یا تصویری را در ذهن مجسم نمایید . (برای حالت اول یک تصویر مناسب، زیبا و رویایی انتخاب کنید) توجه خود را به سوی مرکز تصویر جاری کنید، در این حالت به آرامی از عدد ۱ تا ۱۴۴ بشمارید. سپس چشمانتان را ببندید و دوباره تا ۱۴۴ بشمارید. ممکن است با بستن چشم‌ها، تصویری با رنگ‌های متضاد مشاهده کنید، همچنان توجه خود را روی مرکز پیشانی متمرکز کنید. حتی اگر هنوز چیزی نمی‌بینید، ناامید نشوید، شما با تمرکزِ توجه خود روی جایگاه چشم‌سوم، بدون مشاهده آن نیز می‌توانید به نتیجه برسید . پس از این‌که تا ۱۴۴ شمردید، چشمانتان را باز کنید و دوباره به تصویر نگاه کنید . درحالی‌که دید شما بر مرکز تصویر متمرکز است، تا ۱۴۴ بشمارید. سپس چشمانتان را ببندید و در حال نگریستن به نور درونی تا ۱۴۴ بشمارید. در این هنگام است که می‌توانید آنچه را که می‌خواهید طلب کنید.

اجازه ندهید که در حین تمرین هیچ چیز حواس شما را منحرف کند. ممکن است ببینید که تصویر حرکت می‌کند. بعدها خواهید فهمید که چشم سوم عملکردهای بسیار عجیب و اسرارآمیزی دارد. حتی ممکن است روزی بتوانید هوای بین خود و تصویر را ببینید . اما در هر شرایطی با تمرکز کامل به مراقبه‌ی خود همراه با بسته و باز کردن چشم‌ها ادامه دهید.

در پایان تمرین چشمانتان را ببندید و برای هر مدت که دوست دارید در سکوت و آرامش باقی بمانید. هرگز به چشمانتان فشار نیاورید. اگر هر زمان در حین تمرین در چشمانتان فشار یا خستگی احساس کردید تمرین را قطع کنید .

زمانی خواهد رسید که بتوانید بدون آن‌که ابتدا به تصویر نگاه کنید، نور را در سر خود مشاهده کنید. به هر حال با کمک یا بدون کمک حس بینایی، شما خواهید توانست نتایج سودمندی کسب کنید. آنگاه که نور درون را می‌بینید، وقت آن رسیده است که آنچه را می‌خواهید طلب کنید. در این حالت خواستن، واقعاً توانستن است.

بعد از مدتی تمرین، شما خواهید توانست آن‌چنان آرامشی در خود ایجاد کنید، که کاملاً بر موضوع دیداری تمرکز داشته باشید و بتوانید جسم خود را در حالت خواب ترک کرده، از طریق چشم سوم به سفر بپردازید. کسانی که از حلقه‌ی طلایی عبور می‌کنند و تونل مربوطه را پشت سر می‌گذارند وارد عالم اختری می‌شوند. این‌که از اینجا به کجا سفر کنید، به آگاهی شما بستگی دارد. زیرا این آگاهی شما است که هر چه در این سطح می‌بینید به وجود می‌آورد. بهتر است قبل از سفر مقصدی برای خود در نظر بگیرید . شما می‌توانید به بخش‌های مختلف عالم اختری سفر کنید و موجودات اختری را ملاقات نمایید.

در این سفر حتی می‌توانید از عالم اختری بگذرید و به عالم بعدی بروید.

با تمرین مداوم شما خواهید توانست وضوح و قدرت نور را افزایش دهید، تا این‌که هیچ چیز دیگری به جز نور نبینید. در این هنگام است که شما می‌توانید به این نور بپیوندید و با آن یکی شوید. این نور یک توهم نیست، بلکه پاسخی است که از سوی دیگر به شما داده می‌شود. این پاسخ در زندگی روزانه شما به تدریج به صورت سلامت بیشتر، روشنی اندیشه و شادمانی نمایان می‌شود.

در تمرین‌های اول انتظار زیادی نداشته باشید. این تکنیک به تمرین زیاد نیاز دارد، اما انجام یک بار در روز برای حدود یک ماه حتماً نتایج خوبی خواهد داشت.

بهترین زمان‌ها برای انجام مراقبه‌ی چشم سوم، ساعت شش صبح، دوازده ظهر، شش عصر و دوازده نیمه‌شب است. در این ساعت‌ها نوسان‌های مغناطیسی مفید در اطراف زمین جریان دارد. البته همه‌ی افراد نمی‌توانند در این ساعت‌ها به مراقبه بپردازند . اما زمانی که تعداد زیادی از مردم به‌طور هم‌زمان و گروهی به مراقبه می‌پردازند، می‌توان نیروی عظیمی از مراقبه کسب کرد. از آنجا که شما هنگام مراقبه مرزهای زمان و مکان را پشت سر می‌گذارید، هیچ فاصله‌ای بین شما و کسانی که در سایر نقاط کره زمین به مراقبه می‌پردازند، وجود ندارد. ما به سادگی می‌توانیم در تمام دنیا مراقبه‌ی گروهی انجام دهیم.

یکی از جالب‌ترین واقعیت‌ها دربارهی چشم سوم این است که وقتی نور در چشم سوم دیده می‌شود، می‌توان آن را به درون بدن انتقال داد. این جریان می‌تواند به خواست شما، به قسمت‌های مختلف بدنتان جریان پیدا کند. به سادگی از ارادهی خود استفاده کنید و قسمتی از بدنتان را که می‌خواهید این نور در آن جریان یابد، مجسم کنید؛ جریان نور از ارادهی شما پیروی خواهد کرد و برابر تجسم شما به حرکت در خواهد آمد. ابتدا جریان را به قلب بفرستید، تا احساس دلپذیری پیدا کنید. به این احساس اجازه دهید که رشد کند و تمام بدن شما را به نوسان در آورد و همه جای آن را فراگیرد. این پدیده فرآیند شفابخشی و نیرودادن است.

تمرینی از صاحب کتاب المیزان

«... شناخت خداوند یک امر بدیهی و روشن و از بدیهی‌ترین بدیهیّات است و آنچه که مانع شناخت خداوند است جهل نیست بلکه غفلت است و این غفلت نیز در اثر مشغول شدن به امور بی‌ارزش و پست دنیا ایجاد می‌شود؛ پس خداوند برای هیچ کس دوتا ((دل)) قرار نداده است.

پس همین دل است که اگر اشتغال به دنیا پیدا کند موجب محبّت آن می‌گردد و تمام همّت و تلاش انسان به آن تعلّق می‌گیرد؛ پس همین امر تمام دل را به اشتغال خود در می‌آورد و دیگر جایی از این آینه دل صاف نمی‌ماند تا جمال خداوند سبحان در آن منعکس شود و معرفت حاصل شود؛ پس همانا مسأله، مسأله دل است.

و اگر می‌خواهی درستی سخن ما را بیازمایی، مکان خلوتی را انتخاب کن که هیچ مشغول کننده‌ای از قبیل نور و صدا و اثاث منزل و غیره در آنجا نباشد، سپس طوری بنشین که مشغول به کاری نشوی و حواست پرت نگردد و چشمانت را بسته نگهداری، آنگاه صورتی را مثلًا صورت ((۱)) را در خیال خود مجسم نمایی که کاملًا توجّه‌ات به آن معطوف گردد و هشیار باشی که هیچ صورت خیالی وارد محوطه صورت ((۱)) نشود؛

پس در این هنگام که ابتدای کار است درمی‌یابی که صورت‌های خیالی دیگر مزاحم تو شده و ذهن تو را می‌خواهند تاریک و مشوّش نمایند، صورت‌هایی که بسیاری از آنها قابل تشخیص و شناسایی از یکدیگر نیست، صورت‌هایی که از افکار روزانه و شبانه و مقاصد و خواسته‌های توست، حتّی این افکار چه بسا دربارهٔ این باشد که یک ساعت بعد از بیداری در فلان جا خواهی بود یا با فلان شخص ملاقات خواهی کرد یا فلان عمل را انجام خواهی داد؛ این در حالی است که تو در خیال خود فقط به صورت ((۱)) نظر داری و به آن توجه می‌کنی و این تشویش ذهن مدّتی با تو خواهد بود و تداوم خواهد داشت. پس اگر چند روزی به تخلیه و پاکسازی این خیالات مزاحم اقدام نمایی، بعد از مدّتی مشاهده می‌کنی که آن خیالات و خواطر روبه کاهش گذاشته و هر روز کم می‌شود و خیال نیز نورانی می‌گردد تا این‌که احساس می‌کنی هر چه به دل و ذهن تو خطور می‌کند، چنان روشن است که گویا آن را با چشم حّس خود مشاهده می‌کنی آنگاه این خواطر به طور تدریجی روز به روز کمتر می‌شود تا این‌که هیچ صورتی با صورت ((۱)) باقی نمی‌ماند. این مطلب را خوب تحویل بگیر! و از اینجاست که صحّت ادّعای ما را قبول می‌کنی که همانا سرگرم شدن به امور دنیوی عامل اصلی خود فراموشی و غفلت از ماورای ماده می‌گردد و همانا حرکت به سوی باطن، با روگرداندن از ظاهر و روآوردن به ماورای ماده، صورت می‌پذیرد، پس اگر خواستی مثلًا از همان طریق مذکور نفس خود را مشاهده نمایی، آن خواطر و موانع را که همان هواهای نفسانی و مقاصد دنیوی است، چند برابر خواهی یافت؛ پس طریق منحصر به فرد برای دستیابی به معرفت، تصفیه دل از دنیا و زرق و برق آن و هر حجابی که مانع دیدار خداوند سبحان می‌گردد، می‌باشد؛ پس تمام اسباب و دستوراتی که گفته شده از قبیل مراقبه، خلوت و غیره، فقط برای دستیابی به این حالت قلبی است، سپس توجّه کامل قلب تو به سوی خداوند سبحان و تشرّف به حضرتش ـ عزّاسمه ـ می‌باشد و این همان ذکر خدا و تشرّف به محضر حضرت حقّ است و آن آخرین کلید است و خداوند هدایتگر انسان است.» (طریق عرفان، ص۱۰۹ تا ۱۱۱)

حفاظت از چشم سوم

هنگامی که دو نفر انرژی‌های چاکرای چشم سومشان را مخلوط کنند، قدرت روشن‌بینی آنها افزایش می‌یابد. اگر هر دو هم‌زمان انرژی‌هایشان را خالصانه ادغام کنند و واقعاً در مرکز چشم سوم قرار بگیرند، فهم آنها برای درک پدیده‌های مختلف بسیار افزایش پیدا می‌کند. در این حالت یک نور بسیار زیبا و درخشان سبز رنگ در اطراف آنها دیده می‌شود، این بیشتر در مردمان پاک و خوب اتفاق می‌افتد . ترکیب انرژی‌های چشم سوم از طریق ارتباط فیزیکی، عاطفی و یا فکری صورت می‌گیرد. ارتباط عاطفی و فکری از راه دور نیز امکان پذیر می‌باشد، به همین دلیل افراد از راه دور نیز می‌توانند بر چشم سوم یکدیگر اثر بگذارند.

در این ارتباطات اگر یکی از آن دو نفر، یا هر دو نفرشان دارای چشم سوم ناپاک باشند، آن رنگ سبز درخشان، کدر، مات و تیره می‌شود. این افراد اشرافشان به ابعاد ماورائی کاهش پیدا می‌کند و محدود می‌شود. افرادی که با هم ارتباط نزدیک فیزیکی و متافیزیکی دارند و یا آنهایی که با هم ازدواج می‌کنند، باید خیلی مواظب این پدیده باشند. در این حالت‌ها اگر فقط چشم سوم یکی از دو نفر دارای مشکل است، نفر مقابل باید خیلی مواظب باشد. این بدان معنا نیست که مردم از هم جدا شده یا جدای از هم زندگی کنند، بلکه باید مواظب چشم سومشان باشند و از آن محافظت کنند. این کار بسیار آسان است، ما می‌توانیم یک حلقه‌ی محافظ کامل و همیشگی برای چشم سوم خود ایجاد کنیم. در بعضی افراد نیز چشم سوم به محافظت اختصاصی نیاز دارد .

آسان‌ترین و مطمئن‌ترین راه برای حفاظت از ابعاد فیزیکی و متافیزیکی خود ـ حفاظت از هاله، چاکراها و چشم سوم ـ توسل به حضرت حق‌تعالی می‌باشد . هم‌چنین به نظر می‌رسد که غسل و وضو با ایجاد حصاری از نور ماورایی پیرامون هاله‌ی انسان، از هاله، چاکراها و چشم سوم مواظبت می‌کنند و از ورود عوامل منفی و مخرب به هاله و اثرگذاری آن بر چشم سوم جلوگیری می‌کنند. بزرگان معنوی، وضو و غسل را نور می‌دانند: «وضو نور محدود و غسل نور مطلق است» (آداب نماز، ص۷۷)

در احادیث وضو را نور، و وضو روی وضو را نور روی نور معرفی نموده‌اند. پیامبر گرامی اسلام (ص) فرموده‌اند: « (روز قیامت) بر اثر وضو، با پیشانی و دست و پای سفید بر من وارد می‌شوید و هیچ کس جز شما این خصوصیّت را نخواهد داشت.» حضرت امام رضا علیه‌السلام نیز وضو را باعث پاک ساختن دل برای ایستادن در حضور خدای جبّار می‌دانند. (ترجمه میزان الحکمه، ح۲۱۹۱۵ و ۲۱۹۱۲)

ختم کلام

خداوند متعال در شب معراج فرمود:

«ای احمد! آیا می‌دانی چه عیشی گواراتر و چه زندگی‌ای ماندگارتر است؟ عرض کرد: خداوندا نمی‌دانم. فرمود: آن زندگی‌ای گواراتر است که صاحبش از ذکر من غافل نگردد و نعمت مرا در بوتهٔ فراموشی نگذارد و جاهل به حقّ من نباشد و شب و روز به دنبال کسب رضا و خشنودی من باشد.

اما زندگی جاودان و ماندگارتر آن است که صاحبش آن چنان روشی نسبت به نفس خود به کار گیرد که دنیا در نظرش پست و در چشمش کوچک و آخرت در دیدگان او بزرگ گردد و خواستهٔ مرا بر خواستهٔ خودش مقدّم بدارد و رضایت و خشنودی مرا بطلبد و حق نعمت مرا بزرگ بداند و رفتار مرا نسبت به خودش به خاطر بسپارد و در شب و روز که می‌خواهد نافرمانی و گناه نماید مرا در نظر بگیرد و مراقب باشد و دل خود را از آنچه ناخوش دارم، دور سازد و شیطان و وسوسه‌های او را دشمن بدارد و نگذارد بر دلش راه یابد، پس اگر چنین بود، من نیز محبّت خود را در دلش اسکان می‌دهم تا این‌که دل او را کاملًا از آن ِ خود سازم و دلش را از دنیا فارغ و به آخرت مشغول نمایم و او را چون محبّان دیگرم، از نعمتهای تازه بهره‌مند سازم و چشم و گوش و دلش را باز کنم تا این‌که با دلش بشنود و با آن به جلالت و عظمت من نگاه نماید به‌طوری که دنیا را بر او تنگ سازم و لذّت‌های دنیوی را دشمن او قرار دهم و او را از دنیا و آنچه که در دنیاست بترسانم همانطور که چوپان گوسفندان خود را از چراگاه‌های خطرناک می‌ترساند و دور می‌نماید، او را از گناهان دور سازم و چون بنده‌ای به این مقام دست یافت،

از مردم می‌گریزد و گوشه‌گیری اختیار می‌نماید و از دنیای فانی به دنیای باقی منتقل می‌شود، از خانهٔ شیطان به خانه خداوند رحمان پناه می‌آورد.

ای احمد! چنین بنده‌ای را به هیبت و عظمت زینت می‌دهم، این است عیش گوارا و زندگی جاویدان و این است مقام اهل رضا و خشنودی؛ پس هر کس طبق رضا و خشنودی من رفتار نماید، سه خصلت را ملازم او می‌سازم: با سپاسگزارئی او را آشنا می‌کنم که جهل به آن آمیخته نیست و ذکری به او می‌دهم که با فراموشی مخلوط نشود و محبّتی به او ارزانی می‌دارم که محبّت مرا بر محبّت آفریدگانم مقّدم بدارد؛ پس چون مرا دوست بدارد من نیز او را دوست خواهم داشت و چشم دلش را به شکوه و جلال خود باز خواهم نمود و بندگان مخصوص خود را از او پنهان نخواهم ساخت؛ پس در تاریکی شب و روشنایی روز با او سخن گویم تا این‌که سخن گفتن او با آفریدگانم قطع شود و با ایشان مجالست ننماید و سخنان خود و فرشتگانم را به گوشش برسانم و رازی را که از مردم پنهان کرده‌ام در اختیارش قرار دهم و لباسی از حیا و شرم بر او بپوشانم تا همهٔ مردم از او شرم نمایند و بر روی زمین راه می‌رود در حالی که آمرزیده شده است و دل او را شنوا و بینا سازم و چیزی از بهشت و دوزخ برای او پنهان نمی‌کنم. و او را به آنچه در قیامت بر مردم می‌گذرد از قبیل ترس و وحشت، آگاه نمایم و او را بر حسابرسی که از ثروتمندان و فقیران و نادانان و عالمان به عمل خواهد آمد مطّلع کنم و قبر او را نورانی نمایم تا این‌که نکیر و منکر را برای سئوال و جواب نزد او بفرستم، اما اندوه مرگ و تاریکی قبر و لَحد و بیم روز قیامت را نبیند، پس برای او میزانش را نصب نمایم و نامهٔ عملش را بگشایم، آنگاه نامهٔ عملش را در دست راست او بگذارم و او آن منشور را می‌خواند و آن هنگام دیگر مترجمی بین من و او نیست و من با او بدون واسطه سخن گویم؛ پس اینهاست صفات مُحبّان و دوستان.» (طریق عرفان، ص۱۳۹ تا ۱۴۱)

متشکرم که کتاب را مطالعه کردید

برای اطلاعات بیشتر درباره چشم سوم به سایت موفقیت ۹۸ مراجعه فرمایید

چشم سوم